И.А. БОГДАНОВ

Безалкогольные напитки

SHOUT
SHARE
IT

- Безалкогольные напитки
  -
  - Предисловие
  - Кухонный инвентарь для приготовления напитков
  - Приготовление сиропов
  - Напитки из фруктов и овощей
    -
    - Компоты
    - Кисели
    - Морсы
    - Натуральные соки
  - Смешанные напитка
    -
    - Безалкогольные аперитивы
    - Напитки с сыром
    - Сбитни
    - Пунши
    - Разные напитки из плодов и ягод
  - Прохладительные напитки
    -
    - Коктейли
    - Флипы
    - Коблеры
    - Физы
    - Джулепы
    - Напитки эг-ног
    - Крюшоны
    - Лимонады
    - Шербеты
    - Квасы
  - Напитки из молока и сливок
    -
    - Молочные напитки
    - Молочные напитки с соком
    - Молочные кремы
    - Айс-кримы
    - Фраппе
  - Чай
  - Кофе
  - Какао и шоколад
  - Напитки для детей
  - Закуски. Бутерброды
  - Сервировка стола

- Приложения
  - Приложение 1. Замораживание ягод в холодильнике
  - Приложение 2. Хранение свежих кислых плодов и ягод с сахаром без стерилизации
  - Приложение 3. Сравнительная таблица массы и объема продуктов
- notes
  - 1
  - 2
  - 3
  - 4
  - 5
  - 6
  - 7

Безалкогольные напитки

В книге приводится около пятисот рецептов приготовления безалкогольных напитков - компотов, киселей, морсов, квасов, соков, коктейлей, физов, джулепов и других. Их приготовление не требует каких-либо особых знаний и приборов и потому доступно каждой хозяйке. И в этом процессе могут принять участие даже сами гости за праздничным столом. В начале каждого раздела содержатся также сведения, относящиеся к конкретному продукту, его заготовке и хранению.

Рассчитана на массового читателя.

Игорь Алексеевич Богданов

ЛЕНИЗДАТ, 1987

В предлагаемых рецептах напитков из фруктов и овощей нет ни капли алкоголя, однако это не единственное их достоинство. Приготовив напитки в домашних условиях, вы сможете полнее ощутить вкусовые качества входящих в их состав компонентов, а также разнообразить свой стол, приятно удивить гостей.

Предисловие

Постановление ЦК КПСС "О мерах по преодолению пьянства и алкоголизма" (май 1985 г.), последующие решения правительства получили всенародную поддержку и одобрение и дали мощный толчок антиалкогольному движению в стране. В настоящее время в этом направлении ведется активный поиск новых форм и методов воздействия на человека, направленных на утверждение трезвого образа жизни не только на производстве, но и в быту. Плохие традиции не уходят из жизни сами, их надо настойчиво вытравлять.

В докладе ЦК КПСС XXVII съезду Коммунистической партии Советского Союза еще раз подчеркнуто, что "...и дальше нужна большая, настойчивая, разнообразная работа, чтобы обеспечить окончательный перелом в сложившихся привычках"[1].

За последнее время расширяется ассортимент безалкогольных напитков, совершенствуются организационные формы их реализации в системе общественного питания, напитки должны обогатить и каждодневное домашнее меню

В кулинарных книгах безалкогольным напиткам уделяется незначительное внимание, хотя они и занимают существенное место в жизни человека.

Безалкогольные напитки служат не только для утоления жажды. Расширение их ассортимента вносит свою лепту в развернувшуюся непримиримую борьбу за искоренение чуждых нам традиций из нашего быта. Вкусные, ароматные напитки должны занять соответствующее место на нашем столе и в будни, и в праздники.

Праздничные застолья, прием гостей могут и должны быть безалкогольными. За бокалом таких оригинальных напитков, как флипы, физы, джулепы, коктейли и др., общение будет интересным и содержательным. Ведь напитки эти не являются продуктом массового производства, их готовят тут же, за столом, нередко при участии гостей, а это занятно и увлекательно.

Ассортимент безалкогольных напитков настолько велик, что их трудно даже перечислить из-за безграничного множества различных комбинаций. В этой книге приведены лишь те рецепты, которые по силам приготовить каждой, даже неопытной хозяйке, не имеющей специальных знаний. Они не отнимут много времени. Рецептура предлагаемых напитков выработана мастерами и многократно проверена на практике. Мы лишь собрали наиболее интересные из них и систематизировали так, как это нам представляется наиболее целесообразно. В книгу

включены рецепты различных напитков русской, украинской, белорусской, латышской, эстонской, узбекской и некоторых зарубежных кухонь.

Кухонный инвентарь для приготовления напитков

Для приготовления киселя и компота не требуется какой-либо особой посуды. Однако, если вы намерены разнообразить семейное меню различными напитками, придется обзавестись некоторым специальным инвентарем в дополнение к тому, который у вас уже имеется.

Желательно приобрести *миксер* или *смеситель*, *шейкер* (металлический закрытый сосуд для взбалтывания), но их можно заменить обыкновенной стеклянной банкой или высоким стеклянным стаканом. Тогда напиток готовят при помощи ложки с длинной ручкой.

Кроме того, потребуется: *соковарка* или *соковыжималка* - для получения сока из ягод, фруктов и овощей; *терка* - для измельчения корнеплодов и плодов; *кухонные весы* - для взвешивания продуктов и *мерный стакан* для жидкости; *часы* - для контроля за процессом обработки.

Посуда должна быть из стекла, фарфора и керамики или эмалированная. Допустимо пользование алюминиевой посудой.

Для специй нужны *жестяные коробки* или предназначенные для этой цели фаянсовые баночки.

Для взбивания яиц и сливок применяется *взбивалка* или *веничек*.

Для обработки овощей и фруктов используют *нож из нержавеющей стали*. Апельсины и лимоны лучше разрезаются ножом с мелкой пилочкой на лезвии.

Для промывания, протирания и процеживания надо иметь *дуршлаг*, *сито*, *марлю* или *полотняный мешочек*.

Лед из напитка, приготовленного в миксере или шейкере, удаляют через фильтр (стрейнер). Кубики льда и фрукты перекладывают в стаканы и бокалы ложкой или специальными щипцами.

Кроме перечисленного инвентаря и приборов желательно иметь: специальные стаканы или фужеры для коктейлей и напитков с фруктами и мороженым, бокалы, чашки, креманки для компота и киселя, соломинки, чайные ложки и вилки для фруктов и овощей, бумажные салфетки, которые подкладывают под стаканы и бокалы с прохладительными напитками.

Естественно, перечислить все предметы кухонного обихода, которые могут понадобиться, невозможно, ибо промышленность с каждым днем пополняет арсенал хозяйственных приборов и

инвентаря бытового назначения. Однако, ощутив нехватку какого-либо предмета, не упомянутого нами, вы возьмете инициативу в свои руки и самостоятельно справитесь с любым, даже самым сложным рецептом.

Приготовление сиропов

Для приготовления напитков из фруктов и ягод целесообразнее использовать различные сиропы (сахарный, в качестве основного, и ароматические), так как они легче, чем сахар, смешиваются с другими компонентами напитков. Сиропы предпочтительнее еще и потому, что при использовании сахарной пудры, а иногда и сахарного песка напитки мутнеют. Сиропы, различные по аромату и цвету, нетрудно приготовить в домашних условиях.

Сахарный сироп. Он является основой для других сиропов, не имеет запаха и цвета. Для его приготовления сахарный песок нужно всыпать в чистую посуду, залить кипятком, поставить на слабый огонь и, помешивая, довести до кипения, до образования прозрачного сиропа. Появляющуюся пену осторожно снимать ложкой. Серый налет, который иногда остается на ложке, следует стирать чистой тряпочкой. Готовый сахарный сироп процедить через ситечко или марлю в фарфоровую или эмалированную посуду. Если вы не собираетесь его ароматизировать, то надо дать ему остыть, после чего перелить в бутылки с широким горлышком или в банки, хорошо закупорить и поставить в темное прохладное место. Сохраняется он довольно долго. Однако если в сиропе начнут образовываться кристаллы, его необходимо переварить, предварительно добавив немного воды.

На 1 л сиропа - 1 кг сахарного песка, $^3/_4$ л воды.

Персиковый или абрикосовый. Зрелые персики или абрикосы освободить от косточек, размять до получения однородной массы. Из косточек извлечь ядрышки, очистить от шелухи, натереть на терке с мелкими отверстиями и смешать с полученной массой. Засыпать ее сахарным песком и дать настояться в течение 2 ч. Затем добавить холодную воду, перемешать и оставить еще на 1 ч, после чего процедить. Получившийся сок смешать с сахарным сиропом, поставить на огонь и прокипятить в течение 5 мин, снять, остудить и разлить в бутылки, в которые можно добавить несколько очищенных и разрезанных на половинки абрикосовых или персиковых ядрышек. Сироп хранить в прохладном месте хорошо закупоренным.

На 1 л персикового (абрикосового) сиропа - 300-400 г персиков или абрикосов, $^3/_4$ стакана сахарного песка, 1 $^1/_2$ стакана сахарного сиропа, 1 стакан воды.

Банановый. На терке натереть очищенные бананы. Полученную кашицу сложить в фарфоровое или эмалированное

блюдо, залить холодной водой, засыпать сахарной пудрой или мелким сахарным песком и хорошо перемешать. Оставить на 4 ч, после чего переложить в бутылки и хорошо закупорить. Сироп хранить в прохладном месте.

На 1 л сиропа - $^1/_2$ кг очищенных бананов, 2 стакана сахарной пудры или мелкого сахарного песка, 2-3 стакана воды.

Ванильный. Сахарный сироп поставить на огонь и довести до кипения, затем уменьшить огонь и, помешивая, добавить ваниль, ванильный сахар или стручки ванили, разделенные на половинки. После этого снять с огня, процедить и перелить в бутылки, в которые вложить использованные стручки ванили (если они имеются), предварительно сполоснутые кипяченой водой. Бутылки с сиропом закупорить и хранить в прохладном месте.

На 1 л сиропа - 3 больших или 4 меленьких стручка ванили, или 1 пакетик ванилина, или 5-6 пакетиков ванильного сахара, 1 л сахарного сиропа.

Гренадиновый. Перемешать лимонный, апельсиновый и малиновый сиропы промышленного изготовления (в равных пропорциях). Хранить сироп в прохладном месте.

На 1 л сиропа - $^1/_3$ л лимонного сиропа, $^1/_3$ л апельсинового сиропа, $^1/_3$ л малинового сиропа.

Ореховый. Орехи (фундук или грецкие) очистить и мелко истолочь. Положить их в эмалированную кастрюлю, залить горячим сахарным сиропом, закрыть пергаментом, прочно обвязать и поставить на 4-8 ч на холод для настаивания. Затем сироп процедить, разлить в бутылки и хорошо закупорить. Хранить сироп в прохладном месте.

На 1 л сиропа - 10 орехов фундука или грецких или 15 орехов миндаля, 1 л горячего сахарного сиропа.

Кофейный, шоколадный. Поджаренный кофе мелко размолоть (шоколад натереть на терке), всыпать кофе, или шоколад, или порошок какао в сахарный сироп, поставить на огонь и варить в течение 15 мин, постоянно помешивая. Затем снять с огня, остудить. Теплый сироп разлить в бутылки и плотно закупорить. Хранить сироп в прохладном месте.

На 1 л сиропа - 150 г поджаренного кофе (какао-порошка или шоколада), 1 л сахарного сиропа.

Гвоздичный. Сахарный сироп поставить на огонь и довести до кипения. Затем уменьшить огонь, добавить толченую гвоздику и, помешивая, варить 15 мин. Теплый сироп разлить в бутылки, закрыть их пергаментом, прочно завязать и поместить в холодное место. После того как сироп остынет, бутылки закупорить пробками. Хранить сироп в прохладном месте.

На 1 л сиропа - 30-40 г толченой или молотой гвоздики, 1 л сахарного сиропа.

Пряный. Молотую корицу высыпать в кастрюлю, добавить сахарный песок и перемешать. Затем влить воду, положить гвоздику, добавить лимонный сок и прокипятить на слабом огне 5-6 мин, после чего процедить через ситечко и охладить. Сироп хранить в герметически закрытой посуде.

На $^1/_2$ л сиропа - 1 чайная ложка молотой корицы, 8 штук гвоздики, 1 стакан сахарного песка, 4 чайные ложки лимонного сока, $1^1/_2$ стакана воды.

Карамельный. В кастрюлю положить кусковой сахар, влить неполную столовую ложку воды, поставить на средний огонь и непрерывно помешивать до тех пор, пока сахар полностью не растает и не начнет приобретать светло-желтый цвет (но не дымиться!). Быстро влить в эту же кастрюльку холодную воду и оставить на огне до тех пор, пока карамель не растает. Затем влить туда же готовый сахарный сироп, и подогревать до тех пор, пока оба сиропа не смешаются. Снять с огня, остудить и разлить в бутылки.

350 г кускового сахара, 125 г холодной воды, 1 л сахарного сиропа.

Лимонный (апельсиновый или мандариновый). Цитрусовые плоды перебрать и тщательно промыть под краном. Снять цедру. Из очищенных плодов отжать сок. Цедру сложить в дуршлаг и обдать кипятком {это необходимо для того, чтобы удалить из нее горечь). В готовый сахарный сироп добавить цедру цитрусовых и сок, прокипятить 10-15 мин, удаляя пену. Охладить до комнатной температуры, процедить.

На 1 л сиропа - 250 г лимонов (400 г апельсинов или 400 г (мандаринов), 650 г сахарного песка, 450 г воды.

Напитки из фруктов и овощей

Плоды и ягоды, из которых приготовляют напитки, имеют большое значение для сбалансированного питания и поддержания высокой работоспособности организма за счет ценных и жизненно важных веществ (витаминов, солей и т. д.). Всевозможные фруктовые и овощные напитки способствуют предупреждению избыточной массы тела человека, играют важную роль в профилактике и лечении сердечно-сосудистых заболеваний. Их значение как продукта питания заключается главным образом в способности улучшать процессы пищеварения, повышать секреторную функцию пищеварительных желез.

При изготовлении напитков необходимо соблюдать некоторые правила. Неправильная обработка и варка плодов и ягод могут значительно снизить их витаминную ценность. Например, при нагревании быстро разрушается витамин С. Тепловую обработку следует ограничивать тем сроком, который необходим для доведения продукта до готовности. Компоты из свежих плодов и ягод не требуют продолжительной варки; при их приготовлении достаточно залить фрукты горячим сахарным сиропом и дать настояться. В результате в компотах сохранится большое количество витаминов. Большое значение для сохранения витаминной ценности сладких напитков из свежих плодов и ягод имеет их правильная холодная обработка. Плоды и ягоды прежде всего следует рассортировать, затем промыть в холодной питьевой воде, очистить и нарезать. При сортировке удаляют испорченные плоды и ягоды, тщательно обрезают те, у которых частично загнила мякоть или которые поразила грибковая плесень. Очищенные, а тем более нарезанные плоды нельзя хранить долго. Нужно также иметь в виду, что плоды и ягоды не должны соприкасаться с железной или медной посудой. При очистке яблок и груш от кожицы рекомендуется срезать как можно меньший слой, потому что в периферических частях плодов содержится витаминов почти в два раза больше, чем в сердцевине.

В различных плодах содержатся дубильные вещества (танины и катехины), придающие им вяжущий, терпкий вкус. С присутствием в плодах дубильных веществ связано свойство этих плодов быстро темнеть на воздухе в месте разреза или повреждения кожицы. Этим же объясняется и неприятный бурый цвет отжатого яблочного сока. Чтобы предохранить очищенные от кожицы и нарезанные яблоки, айву, груши или другие плоды от потемнения, их следует обработать либо паром, либо опустить в

подкисленную холодную воду. При этом разрушаются ферменты, вызывающие окисление дубильных веществ. Незрелые плоды и ягоды мало полезны. В них мало сахара и много клетчатки. Их лучше использовать сваренными (компоты, кисели) или испеченными.

В зимне-весенний период большое значение приобретает использование консервированных фруктов (сушеных, замороженных и т. д.). Сушеные фрукты вкусны и очень питательны. К тому же на их обработку уходит значительно меньше труда и времени по сравнению с обработкой сырых продуктов. Из сушеных фруктов готовят компоты, кисели. Замороженные плоды и ягоды по своим вкусовым качествам, питательности, содержанию витаминов не отличаются от свежих. Вместе с тем они, в отличие от фруктовых компотов (консервов), не подвергаются стерилизации, т. е. нагреванию при температуре выше 100° С, вследствие чего в них сохраняются вкусовые качества и питательные свойства свежих плодов. Замороженные фрукты промывают теплой водой, после чего перекладывают в соответствующую посуду для постепенного оттаивания при комнатной температуре. Нужно помнить, что долго хранить фрукты и ягоды в холодильнике вместе с другими продуктами не рекомендуется, т. к. они легко воспринимают посторонние запахи.

Одним из основных компонентов многих безалкогольных напитков является сахар. Он придает приятный вкус, повышает питательность, усиливает деятельность пищеварительных желез, тем самым способствуя улучшению пищеварения. Среди сладких напитков наиболее распространены кисели, компоты, морсы, квасы, молочные и фруктовые коктейли и т. д. Для приготовления сладких напитков в основном используют сахарный песок. Во многие напитки сахар вводят в виде сиропа или пудры. Много песку требует компот из кислых фруктов. Однако попробуйте добавить к нему щепотку соли - и компот станет вкуснее. Для улучшения вкуса и ароматизации сладких напитков широко применяют ванилин, корицу, цедру цитрусовых плодов, лимонную кислоту.

Для сохранения витаминов и цвета свежих ягод при варке киселя отжатый из ягод сок не кипятите. Кипятить следует только залитые водой отжатые ягоды и в полученный сироп добавить сахар и крахмал. Сок вливайте в готовый кисель, когда он снят с огня. Чтобы на киселе не образовывалась пенка, сразу после варки посыпьте поверхность киселя сахарным песком. Для сохранения однородности киселя разведенный крахмал нужно быстро вливать не в бурно кипящий сироп и не в середину

кастрюли, а ближе к ее стенке.

В процесс приготовления наиболее распространенных сладких напитков - киселей, компотов - входит и охлаждение, причем в некоторых случаях (например, при приготовлении компотов из сухих фруктов) требуется довольно продолжительное выдерживание их в холодном месте для настаивания. Поэтому компоты из сухих фруктов, как правило, готовят накануне вечером, с тем чтобы на следующий день они имели приятный вкус. Если горячий компот (или кисель) нужно быстро охладить, кастрюлю с напитком следует поставить в кастрюлю больших размеров, наполненную холодной водой, в которую добавлено немного крупной соли. Готовый кисель долго хранить не рекомендуется.

Компоты

(*В этот раздел включена также рецептура фруктов в сиропе, в которых, как правило, содержится небольшое количество жидкости.*)

Компот можно приготовить из одного вида плодов или из смеси. Яблоки, груши, айву, персики, абрикосы, сливы, вишню, черешню обычно предварительно отваривают в горячем сахарном сиропе. Землянику, клубнику, малину, черную смородину, дыни, виноград, мандарины, апельсины, ананасы, бананы, арбузы помещают в ком-коты сырыми. Очень спелые вишни и черешню, быстро разваривающиеся яблоки (антоновские, апорт), перезрелые груши, груши дюшес также не следует варить, их нужно положить в неокисляющуюся посуду, залить приготовленным кипящим сиропом, после чего компот охладить. При недостаточной кислотности в компоты добавляют лимонную кислоту. Лицам, страдающим диабетом, компоты готовят без сахара или с его заменителем (сорбитом).

Компот из свежих яблок или груш. Яблоки или груши следует промыть водой, разрезать на шесть - восемь равных частей (в зависимости от размера), удалить сердцевину с семенами, положить в кастрюлю и залить холодной водой, слегка подкисленной лимонной кислотой. В эту же кастрюлю всыпать сахар, влить два стакана горячей воды и при медленном кипении варить 10-15 мин (в зависимости от сорта фруктов), пока они не станут мягкими. В готовый компот положить цедру лимона, апельсина или корицу. Если компот приготовляется из спелых антоновских яблок, то кипятить их не следует, а надо положить в кипящий сироп, снять с огня и охладить.

На 500 г яблок или груш - $^3/_4$ стакана сахару, 2 л воды.

Из айвы. Айву промыть в теплой воде, нарезать дольками (крупные плоды разрезать на 8-12 частей), удалить сердцевину с семенами, положить в посуду, залить холодной водой (вода должна только покрывать плоды), добавить лимонную кислоту. Поставить на огонь, довести до кипения, добавить сахар и варить до мягкости. Готовую айву снять с огня и охладить. В компот для ароматизации можно добавить цедру лимона или лимонный сок.

На 250 г айвы - 120 г сахару.

Из разных свежих фруктов. Отварить в сахарном сиропе отдельно яблоки и груши и снять их с огня. В теплый сироп с яблоками положить промытый виноград, а к грушам - очищенный от кожи и зерен и нарезанный на мелкие ломтики арбуз. Оба компота охладить. Перед подачей на стол фрукты разложить в

вазочки, салатники, на блюдца и залить сиропом.

Так же приготовляется компот из любых других фруктов и ягод. Яблоки, груши, сливы, вишню, черешню, персики, айву отваривают в сиропе, а виноград, арбуз, дыню, апельсины, мандарины, ананасы, бананы, клубнику, землянику только прогревают в горячем сиропе.

На 250 г яблок, 350 г груш, 150 г винограда, 250 г арбуза, 200 г сахару, 2 стакана воды.

Из свежих яблок и мандаринов. Мандарины промыть в холодной воде, очистить от кожуры и белой оболочки, разделить на дольки и положить на тарелку. Верхний слой (цедру) мелко нарезать в виде соломки и, прокипятив в стакане воды, откинуть на сито. В кастрюлю всыпать сахар, залить его двумя стаканами горячей воды, размешать, положить цедру, очищенные и нарезанные яблоки и при медленном кипении варить 10 мин, пока яблоки не станут мягкими. Остывшие яблоки и дольки мандаринов разложить в вазочки и залить сиропом. На 250 г яблок и 4 мандарина - $^3/_4$ стакана сахару.

Из свежих абрикосов или слив. Абрикосы или сливы промыть в холодной воде, сделать на них продольные надрезы и вынуть косточки. В кастрюлю всыпать сахар, влить два стакана горячей воды, хорошо перемешать, положить фрукты и вскипятить.

На 500 г абрикосов или слив - $^3/_4$ стакана сахару.

Из свежих яблок и вишни. Вишню промыть в холодной воде, освободить от косточек, положить на тарелку. Вишневые косточки залить двумя стаканами горячей воды, прокипятить и через сито процедить в кастрюлю сок. В полученный сок всыпать сахар, размешать, положить очищенные и нарезанные яблоки и варить при медленном кипении 10 мин, пока яблоки не станут мягкими. После этого добавить вишню, довести компот до кипения и снять с огня.

На 300 г яблок и 200 г вишни - $^3/_4$ стакана сахару.

Из свежих персиков. Вымытые персики опустить в кипящую воду. Через 2-3 мин вынуть их из воды, очистить от кожицы, разрезать плоды пополам и удалить косточки. В кастрюлю всыпать сахар, залить его двумя стаканами горячей воды, размешать, положить фрукты и вскипятить. После этого снять кастрюлю с огня и при желании положить в компот ванилин. На 500 г персиков - $^3/_4$ стакана сахару.

Из черешни или вишни. Вишню или черешню очистить от веточек, промыть в холодной воде, опустить в кипящий сахарный сироп и, покачивая кастрюлю, варить 2-3 мин (не кипятить). Затем компот снять с огня и быстро охладить. Перед подачей на

стол вишню или черешню разложить на блюдца, в салатники или вазочки и залить сиропом.

На 1 кг черешни или вишни - 200 г сахару, $2^1/_2$ стакана воды.

Из малины, клубники, земляники[2]**.** В посуду всыпать сахар, залить его горячей водой, хорошо размешать, довести до кипения; в сироп добавить лимонную кислоту, а затем охладить. Подготовленные ягоды разложить в креманки или вазочки, залить охлажденным сиропом и дать отстояться.

Из свежей клубники, земляники, малины с консервированным фруктово-ягодным сиропом. Клубничный, земляничный, малиновый сиропы смешать, развести теплой кипяченой водой, добавить лимонный сок. В стаканы положить подготовленные сырые ягоды, залить теплым сиропом и дать постоять 40-60 мин в холодном месте.

На 400-500 г смеси клубники, земляники, малины - 200-250 г сиропа, 400-500 г воды, 2-3 чайные ложки лимонного сока.

Из быстрозамороженных фруктов и ягод. Замороженные фрукты и ягоды (слива, вишня, клубника, малина и др.) могут быть использованы для приготовления компота так же, как и свежие, никакой варки при этом они не требуют. Быстрозамороженные фрукты или ягоды вынуть из картонных коробок или целлофана, дать им постоять 15 мин, но не доводить до размораживания. Затем промыть в охлажденной кипяченой воде, уложить в вазочки, залить предварительно сваренным теплым сиропом и дать настояться.

На 500 г быстрозамороженных ягод - 1 стакан сахару, $1\ ^1/_2$ - 2 стакана воды.

Из красной смородины с яблоками. Очищенные яблоки сварить до мягкости, добавить сахар и еще раз прокипятить. В горячий готовый компот положить перебранную и промытую смородину, охладить.

На 150 г красной смородины - 600 г воды, 400-500 г яблок, 100 г сахарного песка.

Из арбуза. Арбуз (целый, не треснутый, средних размеров) хорошо вымыть, вытереть чистой тканью, срезать поперек $^1/_4$ часть арбуза (она будет как крышка для остальной части арбуза), аккуратно вырезать мякоть, удалить зерна, мякоть мелко нарезать, вновь положить в арбуз. Сахар залить горячей водой, сварить густой сироп, охладить, добавить лимонную кислоту, залить им мякоть арбуза и дать постоять в прохладном месте 1-2 ч. Сироп должен быть густым, поскольку мякоть арбуза выделяет арбузную жидкость.

На 1 арбуз - 3-4 стакана сахарного песка, 300-350 г воды, 1 г лимонной кислоты.

Из арбуза, дыни и слив. Свежие сливы перебрать, промыть, сделать продольный разрез, удалить косточки. 3 кипящую воду всыпать сахар, довести до кипения, положить в нее сливы, вновь довести до кипения, снять с огня и охладить. Добавить нарезанную мякоть дыни, арбуза (без зерен), дать настояться в прохладном месте в течение 1-2 ч.

На 100 г слив - по 200 г мякоти арбуза и дыни, 1 стакан сахарного песка, 600-700 г воды.

Из каштанов. Каштаны промыть и очистить от скорлупы и кожицы. Для этого скорлупу нужно надрезать крест-накрест, затем опустить каштаны в кипящую воду и варить до частичного раскрытия скорлупы (5-10 мин). В горячую воду добавить сахар (примерно 1 чайную ложку на 100 г воды), довести до кипения; полученным слабым сиропом полностью залить каштаны и, не допуская бурного кипения, варить каштаны до мягкости (25-30 мин). Затем сироп слить, если мало воды - добавить; положить остальное количество сахара, добавить лимонный сок, натертую лимонную цедру, довести до кипения, снять с огня, процедить, добавить ванильный сахар, залить каштаны сиропом, охладить.

На 250-300 г каштанов - 1-1$^1/_2$ л воды для сиропа, 150-200 г сахарного песка, 1 столовая ложка лимонного сока, 2-3 чайные ложки натертой лимонной цедры, $^1/_4$ пакета порошка ванильного сахара.

Из смеси сушеных фруктов. Сушеные фрукты тщательно перебрать, отделить яблоки и груши, залить холодной водой и дать постоять 10 мин. Затем воду слить, фрукты несколько раз промыть в теплой воде. В кипящую воду положить груши и варить при медленном кипении 30-40 мин, после чего добавить яблоки и варить еще 15 мин. Всыпать сахар, остальные фрукты и варить с момента закипания 15 мин. Снять с огня, закрыть крышкой, охладить.

На 200 г смеси сушеных фруктов - $^1/_2$ стакана сахару, 2 л воды.

Из чернослива. Чернослив перебрать, несколько раз промыть в теплой воде, залить водой, дать набухнуть в течение 10-12 ч. Затем в настой всыпать сахар, довести смесь до кипения, проварить несколько минут и охладить.

На 200 г чернослива - 4-5 столовых ложек сахарного песка, 1-2 л воды.

Из чернослива, изюма и кураги. Чернослив, изюм и курагу промыть 2-3 раза в теплой воде и сложить на тарелку. В кастрюлю всыпать сахар, залить его горячей водой, положить чернослив и варить 15 мин при медленном кипении. После этого положить курагу, изюм и варить еще 5 мин. Если чернослив слишком сухой,

рекомендуется предварительно замочить его в теплой воде.

На 50 г кураги, 100 г чернослива, 50 г изюма - $^1/_2$ стакана сахару, 1-2 стакана воды.

Из ревеня. С черешков ревеня снять кожицу (наружные длинные грубые волокна), нарезать их поперек на кусочки длиной 2,5-3 см и опустить в кипящую воду. Через 3-5 мин ревень откинуть на сито и переложить в кипящий сахарный сироп. Как только сироп снова закипит, кастрюлю накрыть крышкой и поставить в прохладное место. В сироп вместе с ревенем можно положить нарезанную соломкой цедру апельсина, лимона или мандарина, а также промытый изюм.

На 125 г черешков ревеня - 50-60 г сахару, 15-20 г изюма, $^3/_4$-1 стакан воды.

Кисели

Кисели готовят из свежих и сушеных плодов и ягод, фруктово-ягодных вод, соков, сиропов, из всех видов варенья, джема, повидла, хлебного кваса, молока, а также из ягодных экстрактов и некоторых других продуктов. Варят кисели преимущественно на сахаре. Густота киселя зависит от количества картофельного или кукурузного (маисового) крахмала. Фруктово-ягодные кисели следует готовить с картофельным крахмалом, поскольку на маисовом крахмале они выходят мутными. Молочные и миндальные кисели, напротив, нужно готовить с кукурузным (маисовым) крахмалом, который придает им более нежный вкус. На 4 стакана фруктово-ягодного киселя достаточно взять 2 столовые ложки крахмала. Если его количество увеличить до 3 столовых ложек на 4 стакана, можно получить густой кисель. Применяемый для киселей крахмал разводят охлажденным отваром, соком, сиропом, молоком или водой, при этом одну часть крахмала разводят 4-5 частями жидкости. Разведенный картофельный крахмал лучше процедить сквозь сито и, помешивая, влить в горячий сироп сразу, а не частями, довести кисель до кипения и снять с огня. Кипятить кисель долго не следует, иначе он сделается жидким.

Кисели должны быть однородными, без комков, нетягучими, а их вид, цвет, вкус и запах - соответствовать тому продукту, из которого они приготовлены. В некоторые фруктово-ягодные кисели для сохранения окраски и улучшения вкуса добавляют небольшое количество (0,1-0,3 г на порцию) лимонной кислоты, предварительно разведенной холодной кипяченой водой.

По консистенции кисели делятся на густые, средней густоты и полужидкие. Полужидкие кисели используются в качестве сладких соусов к некоторым сладким блюдам (в частности, к блюдам из круп). В некоторых фруктовых киселях консистенция может быть изменена за счет протертого пюре из фруктов. Кисели подают на стол холодными; кисель средней густоты можно подать и горячим. Густой кисель нужно разлить в формы и хорошо охладить. Предварительно форму смачивают внутри холодной водой, тогда охлажденный кисель легко отделяется от нее. Отдельно к киселю, густому или средней консистенции, можно подать холодное молоко, сливки или сметану, мороженое, молочный коктейль.

Клюквенный, смородиновый или брусничный кисель. Ягоды перебрать, хорошо промыть горячей водой и тщательно размять в неокисляющейся посуде деревянным пестиком или

ложкой, добавить $^1/_2$ стакана кипяченой холодной воды, протереть ягоды сквозь сито или отжать через марлю. Выжимки от ягод залить двумя стаканами воды, поставить на огонь и кипятить в течение 5 мин, после чего процедить. В процеженный отвар положить сахар, влить разведенный картофельный крахмал и, размешивая, дать закипеть. В готовый кисель влить отжатый через марлю сок и хорошо размешать.

На 1 стакан клюквы, смородины или брусники - $^3/_4$ стакана сахару, 2 столовые ложки картофельного крахмала.

Кисель из клюквы с молоком или сливками (густой). Густой клюквенный кисель приготовить так же, как указано выше. Проварить в течение 2-3 мин с увеличенной нормой крахмала. Разлить в формочки или вазочки, посыпать сахаром, охладить, подать отдельно молоко или сливки. Сливки и молоко можно использовать сырые и кипяченые.

Из клубники, земляники, малины, ежевики, черники. Ягоды перебрать, очистить, промыть и протереть сквозь сито. В кастрюлю влить $2^1/_2$ г стакана горячей воды, положить сахар и размешать. Полученный сироп вскипятить, заварить разведенным картофельным крахмалом и дать еще раз закипеть. В горячий кисель положить приготовленное ягодное пюре и хорошо размешать.

На 1 стакан клубники - $^3/_4$ стакана сахару, 2 столовые ложки картофельного крахмала.

Из вишни. Вишню перебрать, промыть в холодной воде, очистить от косточек, пересыпать сахаром и в таком виде оставить на $^1/_2$ ч. В течение этого времени несколько раз перемешать ягоды, чтобы образовалось больше сока, который надо слить и затем добавить в готовый кисель. Косточки ягод залить $2^1/_2$ стакана горячей воды, вскипятить и процедить. В кипящий отвар с ягодами влить разведенный картофельный крахмал, снова довести до кипения, снять с огня. В готовый кисель влить сок ягод и перемешать.

На 1 стакан вишни - $^3/_4$ стакана сахару, 2 столовые ложки картофельного крахмала.

Из кизила, алычи, мирабели, крыжовника. Кизил (алычу, мирабель, крыжовник) перебрать, промыть холодной водой, положить в посуду, залить горячей водой и кипятить 7-10 мин. Готовый отвар слить в другую посуду. Оставшиеся ягоды хорошо размять, затем соединить с отваром, довести до кипения, после чего процедить через сито, одновременно слегка протирая размятые ягоды. После этого всыпать сахар, добавить лимонную кислоту в разогретый сироп, влить крахмал, разведенный холодной питьевой водой, снова довести до кипения. Разлить

кисель в предназначенную посуду, посыпать сахаром и поставить в холодное место.

Из свежих абрикосов. Абрикосы промыть в теплой воде и удалить из них косточки. Положить абрикосы в кастрюлю, залить горячей водой и кипятить в течение 5-6 мин. Сваренные абрикосы вместе с отваром протереть через сито, всыпать сахар, добавить лимонную кислоту, влить крахмал и, помешивая, довести до кипения, разлить в посуду, посыпать сахаром и охладить.

Из свежих абрикосов с молоком или сливками (густой). Густой абрикосовый кисель готовится так же, как описано в предыдущем рецепте. Проварить в течение 2-3 мин с увеличенной нормой крахмала. Разлить в вазочки или креманки, посыпать сахаром, охладить. Молоко или сливки подаются отдельно. Абрикосовый кисель можно подать и с сиропом.

Из персиков. Персики хорошо промыть в теплой воде, разрезать пополам и вынуть из них косточки. Косточки положить в посуду, залить горячей водой и кипятить 5-6 мин. Полученный отвар процедить, затем положить в него подготовленные персики и варить их в течение 8-12 мин (длительность варки зависит от спелости плодов). Сваренные персики вместе с отваром протереть через сито, добавить сахар, лимонную кислоту и нагреть до кипения. Влить в сироп разведенный крахмал, довести до кипения, разлить в соответствующую посуду и охладить.

Из яблок. Свежие яблоки тщательно промыть. Нарезать тонкими ломтиками, положить в кастрюлю, залить 2 стаканами воды и поставить варить. Когда яблоки разварятся, откинуть их на сито, положенное на кастрюлю, полученное пюре протереть и смешать с отваром. После этого положить сахар, вскипятить и влить разведенный крахмал.

На 500 г яблок - $^{3}/_{4}$ стакана сахару, 1 $^{1}/_{2}$ столовые ложки картофельного крахмала.

Из яблок с сиропом (густой). Густой яблочный кисель с сиропом приготовить так же, как кисель из яблок, но проварить в течение 2-3 мин с увеличенной нормой крахмала. Разлить в вазочки или в креманки, посыпать сахаром, охладить. При подаче на стол кисель полить охлажденным сиропом или подать его отдельно в соуснике. К густому яблочному киселю также можно подать отдельно молоко или сливки.

Из яблок и дыни. Яблоки и дыню тщательно промыть (у дыни предварительно срезать тонкий слой корки). После этого нарезать тонкими ломтиками, положить в предназначенную посуду, залить горячей водой и варить от 12 до 15 мин. Затем этот отвар процедить через сито или марлю, яблоки и дыню протереть, смешать с отваром, всыпать сахар, добавить лимонную

кислоту и довести до кипения. В подготовленный горячий сироп влить сразу разведенный крахмал и, непрерывно помешивая, довести до кипения. Разлить в креманки, посыпать сахаром и охладить. Пропорции произвольные и в основном зависят от сорта яблок и дыни.

Из ревеня. Стебли ревеня промыть в теплой воде. С утолщенных концов надрезать ножом кожицу и снять ее ленточками. Образовавшиеся волокна удалить. Затем стебли нарезать на кусочки по 1-2 см. Вскипятить воду и проварить в ней ревень до мягкости (5-7 мин), после чего процедить. В процеженный отвар влить разведенный картофельный крахмал, и, размешивая, дать закипеть еще раз.

На 250 г ревеня - $^1/_2$ стакана сахару, 2 столовые ложки картофельного крахмала.

Из сушеных яблок и кураги. Яблоки перебрать, тщательно промыть в теплой воде и положить в кастрюлю. Залить $3^1/_2$ стакана горячей воды и оставить на 2-3 ч. Затем в этой же кастрюле яблоки поставить на огонь и при медленном кипении варить 30 мин. Отвар процедить в другую кастрюлю, а яблоки протереть через сито, положить в отвар, добавить сахар, все это перемешать и вскипятить. В полученный яблочный сироп влить разведенный картофельный крахмал.

Кисель из кураги готовят таким же образом, но с большим количеством сахара.

На 100 г сушеных яблок - $^1/_2$ стакана сахару, 2 столовые ложки картофельного крахмала.

Из сушеной черники или сухих ягод шиповника. Промытую в горячей воде сушеную чернику (или сухие ягоды шиповника) залить 2 стаканами холодной воды и поставить варить на 15-20 мин. Когда черника станет мягкой, отвар процедить в другую кастрюлю, а ягоды хорошо размять деревянным пестиком или ложкой, вновь залить 1 стаканом воды, вскипятить и, отжимая, процедить в кастрюлю с отваром. Затем добавить сахар, еще раз вскипятить и влить разведенный картофельный крахмал.

На 50 г сушеной черники или сухих ягод шиповника - $^3/_4$ стакана сахару, 2 столовые ложки картофельного крахмала.

Из повидла, джема, варенья. Повидло (джем, варенье) положить в посуду, развести горячей водой, всыпать сахар, тщательно перемешать, варить 5-6 мин, после чего процедить через сито и одновременно слегка протереть. Приготовленный сироп вновь нагреть, добавить лимонную кислоту, влить крахмал, разведенный холодной водой, быстро размешать, затем разлить в предназначенную посуду, посыпать сахаром и охладить.

Из хлебного кваса. Хлебный квас процедить, влить в неокисляющуюся посуду, всыпать сахар, добавить лимонную цедру, нагреть до 80° С, влить разведенный крахмал, довести до кипения, снять с огня, разлить в предназначенную посуду и охладить.

На 1 л кваса - $^1/_2$ стакана сахарного песка, 1-2 столовые ложки крахмала.

Из морса или фруктовой воды. Методика приготовления такая же, как киселя из хлебного кваса, но без добавления сахара.

Из концентратов (сухого киселя). Сухой кисель развести $^1/_4$ стакана холодной воды, в $^1/_4$ стакана развести картофельный крахмал, влить его в кипящий раствор, добавить сахар и лимонную кислоту по вкусу, дать еще немного прокипеть, разлить в креманки или вазочки, охладить.

Молочный. В кастрюлю влить 3 стакана молока, вскипятить и прибавить сахар. Кукурузный или картофельный крахмал развести в 1 стакане холодного молока или кипяченой воды, влить в кипящее молоко и, помешивая, кипятить в течение 5 мин на слабом огне. Для аромата в кисель, пока он горячий, можно прибавить ванилин или натертую на терке цедру лимона или апельсина и хорошо перемешать. Разлить горячий кисель в чашки и охладить. Перед подачей на стол кисель можно выложить из чашек на небольшие тарелки.

Кисель из сухого молока. Стакан сухого молока развести 2 стаканами холодной воды и оставить на 30 мин для набухания. После этого добавить еще 2 стакана воды, размешать и довести до кипения. В кипящее молоко положить сахар, после чего влить крахмал, разведенный в стакане воды, и снова довести до кипения.

На 4 стакана молока - $^1/_2$ стакана сахару, 2 столовые ложки крахмала.

Из ягодного сиропа. В два стакана горячей воды влить сироп (вишневый, клубничный, черносмородиновый и т. д.), добавить сахар и маленький кристалл лимонной кислоты, разведенной в небольшом количестве воды. Все это, хорошо перемешивая, вскипятить, влить разведенный в 1 стакане воды картофельный крахмал и снова дать вскипеть.

На 1 стакан сиропа - 2 столовые ложки сахару, 2 столовые ложки картофельного крахмала.

Миндальный. Миндаль перебрать, положить в посуду, залить кипятком, закрыть крышкой и оставить на 4-5 мин. После этого миндаль откинуть на сито или в дуршлаг и снять с зерен кожицу. Очищенный миндаль хорошо промыть, а затем измельчить в ступке, постепенно подливая воду до образования

тестообразной массы. Полученную массу развести горячей кипяченой водой и тщательно отжать через марлю. Оставшиеся выжимки вторично растереть в ступке, вновь развести массу кипяченой водой и отжать. Приготовленное миндальное молоко нагреть до кипения, растворить в нем сахар, после чего ввести в молоко предварительно разведенный холодным миндальным молоком и процеженный крахмал, хорошо размешать и вновь довести до кипения. Готовый кисель разлить в предназначенную посуду, посыпать сахаром и охладить.

Из винограда. Виноград перебрать, промыть, освободить от косточек, потолочь или пропустить через электросоковыжималку. Сок охладить. Отжимки залить горячей водой и варить с момента закипания 10-15 мин. Отвар процедить, добавить в него сахар (часть отвара оставить для разведения крахмала), довести до кипения, влить разведенный крахмал и вновь довести до кипения. Снять с огня, влить виноградный отжатый сок, хорошо размешать, разлить в посуду и охладить.

На 200-250 г винограда - 800-900 г воды, 4-5 столовых лежек сахарного песка, 4 чайные ложки картофельного крахмала.

Из черноплодной рябины. Черноплодную рябину промыть, потолочь в ступке, добавить несколько столовых ложек горячей воды, размешать, дать постоять несколько минут, затем сок отжать и охладить. Отжимки залить горячей водой, поварить с момента закипания 8-10 мин, затем отвар процедить, часть оставить для разведения крахмала. В остальной отвар добавить сахар, довести до кипения, влить разведенный крахмал, снова довести до кипения и снять с огня. Влить в кисель сок отжатой рябины, размешать, разлить в стаканы и охладить.

На 75-100 г ягод черноплодной рябины - 800-900 г воды, 5 столовых ложек сахарного песка, 4 чайные ложки картофельного крахмала.

Из свежих груш с добавлением черноплодной рябины. Промытые груши и рябину без плодоножек пропустить через электросоковыжималку, отжимки залить горячей водой, довести до кипения и проварить 15-20 мин. Затем отвар процедить, отжимки протереть, часть отвара отлить для разведения картофельного крахмала. В остальной отвар всыпать сахар, добавить лимонную кислоту, довести до кипения, влить разведенный крахмал и, помешивая, довести до кипения, после чего снять с огня, разлить в стаканы и охладить.

На 200 г груш и 1-2 столовые ложки черноплодной рябины - 800-900 г воды, 4-5 столовых ложек сахарного песка, 4 чайные ложки картофельного крахмала, $^1/_4$ чайной ложки лимонной кислоты.

Из свежих слив. Сливы промыть, мякоть надрезать, вынуть косточки, которые залить горячей водой и проварить при слабом кипении 15-20 мин (косточки без остатков мякоти варить не следует). Мякоть пересыпать Сахаром и дать постоять до образования сока, затем сок слить и охладить. Мякоть слив залить отваром от косточек, довести до кипения и варить до полного разваривания, затем сливы с отваром протереть, смесь довести до кипения, влить разведенный картофельный крахмал, быстро довести кисель до кипения, влить сок, снять с огня и охладить.

На 125-150 г свежих слив - 800-900 г воды, 4-5 столовых ложек сахарного песка, 4 чайные ложки картофельного крахмала.

Из свежих яблок и корня сельдерея. С помощью электросоковыжималки отжать сок из яблок и очищенного от кожицы корня сельдерея. Сок охладить. Отжимки залить горячей водой, довести до кипения, проварить в течение 20-25 мин, протереть через сито. Частью отвара развести картофельный крахмал. В остальной отвар всыпать сахар, довести до кипения, влить крахмал, после чего снять с огня, добавить охлажденный сок, размешать, разлить в посуду и охладить.

На 250 г яблок и 50 г корня сельдерея - 1 л воды, 5-6 столовых ложек сахарного песка, 4 чайные ложки картофельного крахмала.

Из натурального плодово-ягодного сока. Половину нормы плодово-ягодного сока влить в кипящую воду, положить сахар. Когда сироп закипит, ввести в него разведенный холодной водой крахмал. Кисель прогревать до тех пор, пока он не станет прозрачным, затем снять его с огня, влить оставшийся плодово-ягодный сок, размешать, разлить в компотницы или стаканы, посыпать сахаром и подать к столу.

На 100 г натурального плодово-ягодного сока - 30 г сахару, 4 чайные ложки крахмала, $^1/_2$ стакана воды.

Из лимонов. Лимон очистить от кожицы (цедры и белой мякоти), нарезать и, удалив зерна, пропустить через электросоковыжималку. Отжатый сок поставить в холодильник. Мезгу залить горячей водой, добавить лимонную цедру, довести жидкость до кипения, затем дать настояться 30-40 мин. Отвар процедить, отжимки отжать, всыпать в отвар сахар, довести до кипения, влить картофельный крахмал, предварительно разведенный настоем лимона, вновь довести до кипения, снять с огня, влить охлажденный сок лимона, размешать, разлить в посуду и охладить.

(*На 1-2 лимона - 800-900 г воды, 5-6 столовых ложек сахарного песка, 4 чайные ложки картофельного крахмала.*)

Из натурального или искусственного меда и лимонного сока. В горячую воду положить лимонную цедру и дать настояться 20-25 мин. Затем цедру удалить, всыпать сахар, довести до кипения, влить, помешивая, разведенный картофельный крахмал. Смесь вновь довести до кипения, снять с огня, влить в нее отжатый из лимона сок, добавить мед. Хорошо размешать, разлить в посуду и охладить.

На 75-80 г меда - 800-900 г воды, 2-3 чайные ложки сока лимона, 2-3 столовые ложки сахарного песка, 4-5 чайных ложек картофельного крахмала.

Морковный. Из натертой на терке моркови отжать сок. Добавить воду, перемешать и довести до кипения. Добавить сахарный песок и лимонную кислоту. Помешивая, ввести предварительно разведенный водой картофельный крахмал. Довести до кипения, охладить, разлить в стаканы.

На 250 г моркови - 100 г сахарного песка, лимонная кислота, столовые ложки картофельного крахмала, 1 л воды.

Из свежего арбуза. Арбуз очистить от кожуры, мякоть освободить от косточек, отжать сок с помощью электросоковыжималки. От полученной жидкой массы отцедить часть арбузного сока и охладить. Остальную часть сока с мякотью довести до кипения, процедить, в отвар всыпать сахар, добавить лимонную кислоту, доведи До кипения и, помешивая, влить разведенный в арбузном соке картофельный крахмал. Вновь довести до кипения, снять с огня, влить в кисель охлажденный сок, перемешать, разлить в посуду и остудить.

На 1,5 кг арбуза - 4-5 столовых ложек сахарного песка, 4-5 чайных ложек картофельного крахмала, $^1/_4$-$^1/_8$ чайной ложки лимонной кислоты.

Яблочный с клюквой или облепихой. Яблоки промыть, мелко нарезать, залить горячей водой, варить до размягчения, а затем протереть вместе с отваром. Клюкву или облепиху тщательно размять, залить холодной кипяченой водой, перемешать, отделить сок от мезги. Из мезги приготовить отвар, процедить, соединить с протертыми яблоками, добавить сахар, лимонную кислоту, довести до кипения, влить, помешивая, разведенный картофельный крахмал. Смесь вновь довести до кипения, снять с огня, добавить отжатый сок ягод, перемешать, разлить в посуду и охладить.

На 3 яблока и 1-2 столовые ложки клюквы или облепихи - 700-800 г воды, 4-5 столовых ложек сахарного песка, 4-5 чайных ложек картофельного крахмала, $^1/_4$- 1/8 чайной ложки лимонной кислоты.

Из тыквы. Тыкву очистить от кожуры, нарезать, положить в

кипящую воду, сварить и протереть. Полученное пюре положить в горячее молоко, всыпать сахар, довести до кипения, влить разведенный в холодном молоке картофельный крахмал. В готовый кисель положить измельченные ядра ореха, перемешать и охладить. К киселю можно подать клюкву, протертую с сахаром.

На 250-300 г тыквы - 800 г молока, 4-5 столовых ложек сахарного песка, 3-4 чайные ложки крахмала, 1-2 столовые ложки измельченных ядер орехов.

Из фиников. Перебранные и промытые финики без косточек провернуть через мясорубку, залить горячей водой и варить до получения однородной разваренной массы. Затем финики вместе с отваром протереть через сито, добавить сахар, лимонную кислоту. Смесь довести до кипения, влить разведенный картофельный крахмал. Снять с огня, разлить в посуду и охладить.

На 100-150 г фиников - 900-1000 г воды, 2-3 столовые ложки сахарного песка, 4 чайные ложки картофельного крахмала, $^1/_4$ чайной ложки лимонной кислоты.

Из свежего щавеля. В кипящую воду положить перебранный, промытый и мелко нарезанный щавель и варить 20-25 мин. Затем отвар процедить, щавель протереть, всыпать в отвар сахар, довести до кипения, влить разведенный в холодной воде крахмал.

На 75 г щавеля - 1 л воды, 4-5 столовых ложек сахарного песка, 4 чайные ложки картофельного крахмала.

Морсы

Морс представляет собой напиток из сока, разбавленный водой и приправленный сахаром. Морс можно приготовить из различных ягодных и фруктовых соков и их смеси или из свежих ягод и фруктов. Следует помнить, что для приготовления морса нужно брать только кипяченую воду, иначе морс покроется пеной. Сахар растворять в горячей воде, сок добавлять к остывшему морсу и не кипятить. В любой морс можно положить ломтик лимона, апельсина или натертую лимонную цедру. Морс подают в кувшинах или в стаканах. Зимой морс подается теплым, летом - с кусочками льда.

Морс из сока. Сахар растворить в кипяченой воде, добавить по вкусу к соку.

1-2 стакана ягодного или фруктового сока (в зависимости от степени кислоты), 1 л кипячёной воды, сахар по вкусу.

Из сиропа. К фруктовому или ягодному сиропу добавить кипяченую воду, перемешать. Если напиток слишком сладкий, добавить лимонную кислоту или кислый сок. Подают и в горячем, и в холодном виде.

$^1/_2$ -$^3/_4$ стакана фруктового или ягодного сиропа, 1 л кипяченой воды, лимонная кислота или сок, кусочки льда.

Из варенья. Варенье развести в горячей кипяченой воде, остудить, заправить кислым соком (лучше лимонным). Подают в горячем и в холодном виде.

1 стакан ягодного варенья, $^1/_4$ стакана кислого сока или 1 лимон, 1 л кипяченой воды.

Из клюквы. Клюкву отжать через соковыжималку (или размять ягоды), добавить немного кипяченой воды, процедить через марлю. Выжимки от ягод залить водой, Вскипятить и процедить. В процеженный отвар добавить сахар, остудить, влить отжатый сок. В кувшин положить ломтики лимона.

1 стакан клюквы, $^1/_2$ - $^3/_4$ стакана сахару, 1 л воды, ломтики лимона по вкусу.

Из смородины. Отжать сок через соковыжималку или размять ягоды, добавить немного кипяченой воды и процедить через марлю; выжимки от ягод залить водой, вскипятить, процедить, добавить сахар и сырой сок.

1-1$^1/_2$ стакана красной, белой или черной смородины, $^3/_4$ стакана сахару, 1 л воды.

Из лимона. Отжать сок из лимонов. Воду вскипятить вместе с сахаром и тонко срезанной лимонной цедрой. К остывшей воде добавить лимонный сок, при желании также немного жженого

сахара, что придаст напитку красивый цвет. Можно подавать с ломтиками лимона.

1-2 лимона, 1 л воды, $^1/_2$-$^3/_4$ стакана сахару.

Из малины. Малину размять, сок отжать через марлю, выжимки от ягод залить водой и вскипятить, процедить, добавить сахар и сок. Заправить по вкусу смородиновым соком.

$1^1/_2$ стакана малины, 1 л воды, $^1/_2$ -$^3/_4$ стакана сахару.

Из клубники. Готовится так же, как морс из малины.

Из ревеня. Нарезанный поперек волокон ревень отварить вместе с приправами, процедить, остудить, добавить по вкусу сахар или мед.

200 г ревеня, 1 л воды, 2-3 столовые ложки сахару или меда, 2-3 штуки гвоздики, лимонная или апельсиновая цедра.

Из плодов шиповника и яблок. Очищенные плоды шиповника и яблоки нарезать мелкими кусочками, залить холодной водой, кипятить несколько минут, процедить. В отвар добавить сахар или мед, немного лимонной или апельсиновой цедры, по вкусу лимонный сок или лимонную кислоту. Оставшиеся ягоды и яблоки посыпать сахаром и подать к столу в отдельной посуде.

3-4 столовые ложки ягод шиповника, 4-5 кислых яблок, 1 л воды, 3-4 столовые ложки сахару или меда, лимонная или апельсиновая цедра.

Из яблок (1-й вариант). Отжать сок из яблок через соковыжималку или взять готовый сок, добавить кипяченую воду, сахар и корицу по вкусу.

4-5 кислых яблок, 1 л воды, 2-3 столовые ложки сахару, корица.

Из яблок (2-й вариант). Яблоки вымыть, разрезать на дольки, положить в кастрюлю, залить водой, поставить на огонь и прокипятить 10 мин, а затем процедить. В полученный отвар добавить сахарный песок, прокипятить 1-2 мин и охладить.

200-250 г яблок кислых сортов, $^1/_2$ стакана сахарного песка, 1 л воды (на 5-6 порций).

Клюквенный или яблочный с морковным соком. Клюкву размять, яблоки натереть, сок процедить через марлю. Выжимки от ягод залить водой, вскипятить, процедить. Морковь натереть, сок процедить через марлю. Соки смешать, добавить по вкусу сахар.

1 стакан клюквы или 4-5 кислых яблок, $^1/_2$ кг моркови, 4 стакана воды, сахар.

Вишневый. Вишню вымыть, очистить от косточек, размять деревянным пестиком или ложкой и из полученной массы отжать сок. Затем сок слить в стеклянную банку, закрыть крышкой и

поставить в прохладное место. Выжимки залить горячей водой, прокипятить 10-12 мин и процедить, затем отвар смешать с соком, добавить сахарный песок и перемешать.

1 стакан вишни, $^1/_2$ стакана сахарного песка, 1 л воды.

Черничный. Чернику перебрать, вымыть, размять и отжать сок. Сок перелить в стеклянную банку, накрыть крышкой и поставить в прохладное место. Выжимки залить горячей водой, прокипятить 10-12 мин и процедить, а отвар смешать с соком и добавить сахарный сироп. Морс подают в охлажденном виде.

На 1 стакан черники - $^1/_2$ стакана сахарного песка, 1 л воды.

Брусничный. Бруснику перебрать, вымыть, размять и отжать сок. Полученный сок перелить в стеклянную банку, накрыть крышкой и поставить в темное прохладное место выжимки залить горячей водой, поставить на огонь и довести до кипения. Затем снять с огня и процедить. Отвар немного охладить, смешать с ранее полученным соком, добавить сахарный песок и перемешать.

На 2 стакана брусники - $^1/_2$ стакана сахарного песка, 1 л горячей воды.

Свекольный. Свеклу очистить и натереть на мелкой терке. Из измельченной свеклы отжать сок. Выжимки залить горячей водой, довести до кипения и проварить 10-20 мин. В конце варки добавить сахар, лимонный сок и отжатый свекольный сок. Вновь довести до кипения, но не кипятить. Отвар процедить и налить в кувшин, на $^1/_3$ наполненный льдом.

На 200 г свеклы - 100 г сахарного песка, 1 л воды, сок одного лимона.

Апельсиновый. Вскипятить воду с сахаром, охладить. Выжать сок из апельсинов, оставив $^1/_2$ апельсина не отжатой. Сок перемешать с водой, прибавить $^1/_2$ апельсина, нарезанного кружочками, и мелко натертую корочку $^1/_2$ апельсина. Морс разлить в стаканы, в каждый стакан положить по кусочку льда.

2-3 апельсина, $^1/_2$ стакана сахарного песка, лимонная корочка, 1 $^1/_2$ стакана воды.

Натуральные соки

Большое количество разнообразных натуральных соков выпускает *промышленность*. Они приготовляются из отборных свежих фруктов, ягод и овощей. Приводим краткую характеристику состава и полезности наиболее распространенных из них: виноградный сок промышленного изготовления подвергается пастеризации, поэтому в нем сохраняются все ценные питательные вещества (виноградный сахар, органические кислоты, минеральные соли, витамины и ароматические вещества), брожению не подвергается, алкоголя не содержит; яблочный сок промышленного изготовления содержит много фруктового сахара и солей железа; в абрикосовом соке значительное количество каротина; консервной промышленностью вырабатываются также мандариновый, вишневый и сливовый соки, которые хорошо утоляют жажду, улучшают пищеварение; в апельсиновом соке особенно стойко сохраняются витамины, в том числе витамин С.

Полезны и питательны не только фруктовые соки, но и соки некоторых овощей. Например, морковный. Он поступает в продажу в небольших 200-граммовых баночках для детского питания. Однако он очень полезен всем. Консервная промышленность вырабатывает так называемые купажированные, т. е. смешанные, соки - из моркови с добавлением каких-либо фруктов или ягод, богатых витамином С (в моркови его сравнительно мало). В продажу поступают морковно-яблочный, морковно-брусничный, морковно-клюквенный, морковно-виноградный и другие морковно-фруктовые соки; большим спросом пользуется и томатный сок; приятным освежающим вкусом и "весенним" ароматом отличается березовый сок.

Некоторые *соки вы можете приготовить в домашних условиях*. Рецепты их приготовления мы приводим ниже. Для приготовления этих ароматных .напитков можно использовать крыжовник, малину, черноплодную рябину, смородину. Но соки можно готовить и из дикорастущих ягод, например из калины. В наших лесах и на огородах произрастает множество полезных и даже целебных плодов и ягод, из которых готовят напитки с учетом традиций, а также рецептов народной медицины. Это напитки из черники, шиповника, клюквы, соки из сельдерея, свежей капусты. Одни из них лечат недуги, снимают усталость, придают бодрость, другие же освежают и утоляют жажду.

Натуральные соки пьют как самостоятельный напиток или размешивают их с минеральной водой или другими соками.

Смешение соков из разных плодов и овощей дает возможность получать разнообразные по вкусу и цвету напитки. Соки и напитки из них предназначены и для праздничного стола.

Смородиновый сок. Спелые, промытые ягоды прокипятить 5 мин4 добавив 2 стакана воды на 1 кг ягод. Сок отжать два раза. После первого отжима мезгу перемешать, добавив по стакану горячей кипяченой воды на 1 кг отжатой мезги. Если в мезге и после этого останется сок, можно отжать и в третий раз, добавив воду в той же пропорции. Весь сок слить вместе, прогреть до кипения и разлить в нагретые банки или бутылки. Простерилизовать 25-30 мин и закупорить. На 1 л черносмородинового сока можно добавить 200-300 г сахару.

Вишневый. Этот сок лучше готовить из сладких спелых вишен. Если ягоды кислые, на 1 кг вишни нужно добавить 100-200 г сахару. Ягоды размять в кастрюле деревянным пестиком, отжать сок, не добавляя воды. Затем к оставшейся мезге добавить 1 стакан воды на каждый килограмм ягод, прокипятить 3-5 мин и отжать сок еще раз. На хранение идет сок от первого отжима. Его разливают в банки, стерилизуют и закупоривают так же, как черносмородиновый. Сок от второго отжима идет на приготовление киселей, морсов.

Виноградный. После того как с промытых ягод стечет вода, их нужно пропустить через мясорубку. Полученную массу положить в мешочек из редкой ткани и подвесить над эмалированной посудой. Время от времени мешочек нужно сжимать деревянными щипцами, чтобы сок лучше стекал. Можно использовать и соковыжималку. Полученный сок на медленном огне довести до кипения и снять, затем разлить в бутылки, ошпаренные кипятком, закрыть и пастеризовать в течение 15-20 мин. После этого бутылки плотно закупорить и охладить в горизонтальном положении.

Малиновый. Перебрать малину, очистить ее от плодоножек и растереть пестиком в миске; слить в эмалированную посуду. На 1 кг малины добавить полстакана воды, поставить на огонь и нагревать в течение 5-10 мин, не доводя до кипения. После этого массу слить в мешочек из редкой ткани и дать соку стечь, сдавливая мешочек деревянными щипцами. Затем поставить его на огонь, нагреть до 90° С (снять до кипения), разлить в бутылки и закупорить.

Из черноплодкой рубины. Ягоды раздробить, пропустив через мясорубку с крупной решеткой. Замораживание ягод и их последующее оттаивание тоже способствуют более быстрому и легкому отжиму сока и увеличению его выхода из ягод. Сок получается несколько терпким. Его можно законсервировать в

бутылках с применением стерилизации (12-15 мин в кипящей воде) с добавлением 10-15% сахара (на объем) или без сахара. Этот же сок можно добавлять к другим сокам, у которых слабо выражен вкус (например, соки из некоторых сортов груш). В таких случаях достаточно добавить 20-25% сока черноплодной рябины, чтобы получился вкусный напиток.

Из крыжовника с мякотью малины. На 1 кг крыжовника 200-250 г малины; ягоды тщательно промыть, крыжовник пропустить через мясорубку, а малину раздавить деревянным пестиком. Соединить раздробленные ягоды, отжать из них сок, в мезгу добавить немного воды и нагреть в эмалированной кастрюле до 80° Сив горячем виде протереть через сито. Сок и мякоть соединить, нагреть до кипения (но не кипятить), разлить в стеклянную посуду, закатать.

Калиновый. Спелые ягоды калины отделить от веточек, перебрать и хорошо промыть. Положить их в кастрюлю, залить водой из расчета $^1/_2$ л на 2 кг ягод, поставить на огонь и довести до кипения, но не кипятить. Снять кастрюлю с огня и из ягод отжать сок через марлю. Полученный сок процедить.

Для заготовки сока впрок его необходимо снова нагреть, разлить в чистые банки или бутылки, предварительно ошпаренные кипятком, и пастеризовать в течение 15-20 мин, после чего герметически закупорить.

Облепиховый. Сок из ягод облепихи можно получить при помощи соковыжималки или паровой соковарки. $^1/_2$ кг зрелых ягод облепихи хорошо вымыть и раздробить. В полученную мезгу добавить $^3/_4$ л воды, нагретой до температуры 40-45° С, и перемешать. Смесь немного подогреть и отжать в специальном винтовом прессе. Полученный сок разлить в бутылки и подвергнуть пастеризации.

Морковный с лимоном[3]**.** Воду вскипятить с лимонной цедрой и сахаром, снять с огня и дать настояться в течение 1-2 ч. Морковь натереть на терке, залить остывшим настоем, перемешать, процедить через марлю и соединить с лимонным соком.

Морковный с инжиром. Инжир вымыть, нарезать на куски, растолочь в ступке, залить кипящей водой, настоять в течение 2-3 ч и процедить через марлю. Морковь натереть на терке, отжать сок и соединить его с настоем инжира. В полученный напиток добавить сахар или мед по вкусу.

Морковный с укропом. Очищенную и вымытую морковь натереть на мелкой терке и отжать сок. Приправить по вкусу соком из лимона и сахаром, мелко нарубленной зеленью укропа. Сок готовят непосредственно перед подачей, лучше всего в

соковыжималке.

Из сельдерея. Очищенные корни сельдерея натереть на терке и из полученной массы отжать сок.

Из свежей капусты. Свежие зрелые кочаны капусты очистить, мелко нарезать и отжать сок. Полученный сок процедить в простерилизованную эмалированную, керамическую, стеклянную или деревянную посуду и оставить на 12-14 ч для осветления. Осветленный сок осторожно, не взбалтывая, процедить через двойной слой марли или через фланель.

Ревекевый. Сок из ревеня лучше готовить из молодых неогрубевших черешков, так как в огрубевших черешках содержится щавелевая кислота. Для приготовления сока черешки нужно очистить, вымыть в холодной воде, разрезать на кусочки длиной 1,5-2 см, пробланшировать 1-2 мин и опустить в холодную воду. После охлаждения из нарезанных черешков ревеня выжать сок. При приготовлении сока из огрубевших черешков щавелевую кислоту необходимо осадить мелом. Для этого в свежеприготовленный сок добавить толченый мел из расчета 1 $^1/_2$-2 г мела на 1 л сока. Смесь тщательно размешать и поставить для отстаивания на 9-10 ч. Затем сок профильтровать через слой марли или фланель. Для заготовки сока впрок его разливают в бутылки и стерилизуют обычным способом. Из $^1/_2$ кг черешков ревеня получается 1 порция сока.

Смешанные напитка

По вкусовым качествам напитки, приготовленные собственными руками, превосходят самые изысканные вина - эту точку зрения решительно отстаивают все, кому хоть однажды довелось отведать напитки, приготовленные дома. Они не только вкусны, но и привлекательны. Для украшения напитков используют ломтики лимона или апельсина. Для того чтобы ломтик можно было надеть на край стакана или бокала, на нем делают радиальный надрез; если используется половина ломтика, то надрез лучше делать между кожурой и мякотью. Для украшения морсов и крюшонов лимоны и апельсины можно нарезать кубиками или дольками. Различные напитки также украшают цедрой лимона или апельсина, нарезанной в виде спирали. Для этого с половинки лимона или апельсина срезают цедру непрерывной лентой шириной 0,5 см и опускают в бокал, закрепив один конец за его край. Чтобы получить из лимона побольше сока, его нужно положить в горячую воду на 5 мин.

Безалкогольные аперитивы

Аперитивами называют напитки, которые пьют для возбуждения аппетита. Безалкогольные аперитивы готовят в шейкере; компоненты предварительно охлаждают. Подают эти напитки в высоком стакане с соломинкой и кубиками льда. Расчет приведенных рецептов - на одну порцию.

Томатный аперитив. Смешать в шейкере 140 г томатного сока, 10 г тертого хрена, 2 чайные ложки лимонного сока. Добавить соль и перец по вкусу.

Яичный. Смешать в шейкере 120 г томатного сока, желток, 2 чайные ложки шашлычного соуса, 2 чайные ложки лимонного сока. Добавить соль и перец по вкусу.

Аперитив "Синьор Помидор". Смешать в шейкере 120 г томатного сока, 1 желток, 2 чайные ложки лимонного сока, 1 чайную ложку растертого в ступке чеснока или зеленого лука. Добавить соль и перец по вкусу.

Капустный. Смешать в шейкере 100 г томатного сока, 30 г капустного рассола, 20 г лимонного сока. Добавить соль и перец по вкусу.

Огуречный. Смешать в шейкере 100 г кефира, очищенный свежий огурец, натертый на терке, мелко нарубленный укроп. Добавить соль и перец по вкусу. Лед не добавлять.

Молочный. Смешать в шейкере 100 г молока, 1 желток, 50 г томатного сока. Добавить соль и перец по вкусу.

Напитки с сыром

Богатый белками сыр может служить ценной составной частью напитков. Напитки подавать сильно охлажденными. Предлагаемые рецепты рассчитаны на 1 порцию.

Малиновый напиток. Смешать в миксере в течение 1 мин 50 г тертого сыра, 30 г малинового сиропа и 100 г сырого молока.

Клубничный. Смешать в миксере в течение 1 мин 50 г тертого сыра, 30 г клубничного сиропа и 100 г молока.

Черничный. Смешать в миксере в течение 1 мин 50 г тертого сыра, 30 г черничного сока и 100 г молока.

Медовый. Смешать в миксере в течение 1 мин 50 г тертого сыра, 1 желток, 30 г натурального меда и 100 г молока.

Яблочный. Смешать в миксере в течение 1 мин 50 г тертого сыра, 30 г яблочного сока и 100 г молока.

Томатный. Смешать в миксере в течение 1 мин 50 г тертого сыра, 30 г томатного сока и 100 г молока.

С брынзой. Смешать в миксере в течение 2 мин 250 г чертой брынзы, 30 г перцового соуса и 100 г молока.

Сельдереевым. Смешать в миксере в течение 1 мин 200 г тертого сыра, 30 г сельдереевого соуса и 100 г молока.

Лимонный. Смешать в миксере в течение 1 мин 100 г тертого сыра, 1 желток, сок $^1/_2$ лимона и 100 г молока.

Сбитни

Сбитни когда-то пользовались большой популярностью. Они получили распространение в России в XVII-XVIII веках. Затем их забыли, рецепты в основном были утрачены. Однако некоторые из них удалось восстановить, и вы можете попробовать эти старинные напитки. Сбитни представляют собой напитки из растворенного в кипящей воде меда или патоки с различными пряностями (лавровый лист, корица, гвоздика, имбирь, кардамон, мускатный орех и т. д.). Сбитень пьют нехолодным, и горячим.

Малиновый сбитень. Мед распустить в горячей воде, добавить малиновый сок, поставить на огонь и кипятить в течение 1,5-2 ч, время от времени помешивая. Пену, образующуюся при кипячении, снимать. Затем снять с огня, охладить до температуры парного молока (24-26° С), добавить дрожжи и поставить в тепло на 8-12 ч. После этого слить в хорошо пропаренный и чисто вымытый деревянный бочонок, закупорить и поставить на ледник. Через 1 месяц сбитень готов к употреблению. Готовый напиток разлить в бутылки, которые следует хранить в горизонтальном положении. Этот сбитень пьют холодным.

$^1/_4$ кг натурального меда, 1 стакан малинового сока, 1-1$^1/_2$ столовые ложки жидких дрожжей, 1 л воды.

Горячий сбитень. Распустить в горячей воде мед, добавить сахарный песок, гвоздику, корицу, имбирь, кардамон, лавровый лист, поставить на огонь и прокипятить 10-15 мин. Подавать сбитень горячим.

1 ч стакана натурального меда, $^1/_2$ стакана сахарного песка, гвоздика, корица, имбирь, кардамон, 1 лавровый лист, 1 л горячей

Холодный сбитень. Распустить в горячей кипяченой воде мед, добавить хмель и корицу, поставить на огонь и кипятить, все время помешивая, в течение 30 мин. Образующуюся при кипячении пену удалять. Затем снять с огня и процедить. Подавать сбитень холодным.

1 стакан натурального меда, 5-6 г хмеля, щепотка корицы, 1 л горячей воды.

Пунши

Безалкогольные, горячие или холодные пунши - это напитки, приготовленные на основе чая или молока с консервированными или свежими ягодами и фруктами. Они отличаются от напитков из рома с тем же названием еще и тем, что в их состав могут входить различные сиропы, соки, молоко, пряности, яйца и т. д. Готовят пунши в высоком стакане, в котором его и подают. Холодные пунши пьют через соломинку.

Русский горячий пунш. В высоком стакане тщательно перемешать 20 г лимонного сока, 20 г ванильного сиропа, 110 г крепкого горячего чая, добавить корицу и гвоздику. Дать напитку настояться 5-10 мин. Сверху положить ломтик лимона.

Красносмородиновый. В бокал положить 40 г консервированных или свежих фруктов или ягод. Фрукты предварительно разрезать на небольшие дольки, добавить две столовые ложки красносмородинового и одну столовую ложку лимонного сока, $^1/_2$ стакана сахарного песка и залить $^1/_2$ стакана нарзана.

Пунш "Люкс". Вскипятить воду с кусочком корицы и несколькими головками гвоздики, влить в нее 30 г меда и 30 г апельсинового сиропа, добавить крупно нарезанную лимонную и апельсиновую корки и все перелить в предварительно подогретый стакан.

Горячий малиновый пунш. В высоком стакане тщательно перемешать 20 г лимонного сока, 20 г малинового сиропа, 10 г ванильного сиропа, добавить 100 г крепкого чая.

Холодный малиновый пунш. В высоком стакане тщательно перемешать 30 г малинового сиропа, 20 г молока, добавить 100 г холодного крепкого чая.

Виноградный. Сварить сахарный сироп из $^1/_2$ стакана сахарного песка и 1 стакана воды. Затем влить в него 1 стакан виноградного сока, выжать туда сок из 1 лимона, добавить $^1/_4$ стакана апельсинового сока и оставить на 2-3 ч. Перед подачей на стол влить 1 бутылку минеральной воды. В каждый стакан положить по нескольку ягод винограда.

Горячий лимонный пунш. В высоком стакане смешать 20 г лимонного сока, 20 г лимонного сиропа, 10 г ванильного сиропа, 100 г горячего крепкого чая. Напиток украсить ломтиком лимона.

Горячий апельсиновый. В высоком стакане смешать 1 желток, 40 г апельсинового сиропа и, непрерывно помешивая, добавить 120 г горячего молока.

Горячий черничный. 100 г черничного сока сильно нагреть

на огне, но не кипятить. Затем перелить в нагретый стакан, добавить 20 г лимонного сиропа и 30 г малинового сиропа.

Арабский. Положить в стакан 1 желток, 40 г кофейного сиропа, долить крепким горячим чаем.

Студенческий. Положить в стакан 1 желток, влить 50 г абрикосового сока, потом, непрерывно помешивая, добавить горячей воды.

Молоко с малиновым сиропом. Смешать 40 г малинового сиропа и 150 г горячего молока.

Вишневый пунш. 120 г вишневого сока сильно нагреть на огне, но не кипятить. Затем перелить его в нагретый стакан, добавить 40 г персикового сока и 30 г апельсинового сиропа.

Клубничный. В нагретый бокал влить сначала 20 г сахарного сиропа, затем 40 г клубничного сока, и долить 120 г горячего молока.

Английский. В нагретый бокал влить 40 г лимонного сока, 30 г малинового сока и добавить 120 г крепкого горячего чая.

Пунш "Баттерфляй". Положить в посуду 1 желток, влить 50 г ананасного сока, 30 г апельсинового сиропе и тщательно перемешать. Затем, непрерывно помешивая, постепенно влить 90 г горячего молока. Напиток процедить через ситечко и подавать на стол.

Разные напитки из плодов и ягод

Из плодов и ягод можно приготовить множество самых разнообразных напитков. Они отличаются по составу и способу приготовления, все они вкусны и очень питательны. Смешивая разные ягоды или соки и добавляя к ним минеральную воду, орехи, различные приправы, можно получить сложные и разнообразные по вкусу напитки.

Вишневый напиток. Вишни посыпать сахаром, держать несколько часов в прохладном месте, добавить сок или газированную воду. Подать сразу.

$^1/_2$ кг свежих вишен или $^1/_2$ л вишневого компота, $^1/_2$ л вишневого или смородинового сока, сахар, 1 бутылка газированной воды.

Напиток с арбузом. У вымытого арбуза срезать верх на 5-6 см, мякоть измельчить ножом или перемешать ложкой, удалить семена. В образовавшееся углубление насыпать сахар, налить сок и газированную воду. Держать $^1/_4$-$^1/_2$ ч на холоде, затем разлить жидкость вместе с мякотью в стаканы.

1 арбуз, $^1/_2$ л вишневого или апельсинового сока, сахар, 1-2 бутылки газированной воды, лимонный или апельсиновый сок (лимонная кислота или цедра).

Чайный. Лимон или апельсины нарезать ломтиками, посыпать сахаром, дать постоять 30 мин, после чего добавить крепкий холодный чай или газированную воду подавать холодным с кусочком льда.

1 лимон или 2 апельсина, $^1/_2$ стакана сахару, 1 л крепкого чая, 1 л газированной воды.

С фруктами. Мягкие яблоки, груши, чернослив или другие фрукты промыть, нарезать ломтиками, удаляя при этом сердцевину, сложить в миску, сбрызнуть лимонным соком и посыпать сахаром, дать постоять в прохладном месте 1-2 ч, добавить сок и газированную воду.

1 кг свежих зрелых фруктов, 1 л фруктового или ягодного сока, 1 лимон, сахар, 1 л газированной воды.

С фруктовым компотом. К холодному фруктовому компоту добавить холодную кипяченую воду. Если фрукты нарезаны большими кусками, их нужно разрезать на тонкие ломтики. Добавить газированную воду. Можно также положить ломтики апельсина.

2 банки фруктового компота, $^1/_2$ л воды, 1 л лимонада (газированной воды), лимонная цедра или 1 апельсин.

С ягодами. Клубнику, малину, морошку, ежевику, чернику,

смородину или другие мягкие ягоды сложить в миску. Можно брать ягоды одного сорта или смешивать ягоды разных сортов. Сбрызнуть лимонным соком, посыпать сахаром, дать постоять $^1/_2$-1 ч в холодном месте, затем добавить сок или сироп, разведенный холодной водой, и газированный напиток.

1 кг свежих зрелых ягод, 1 л кислого ягодного или фруктового сока или сиропа и воды, или 1 лимон, сахар, 1 л газированной воды (лимонада).

Из смородины и клубники. Ягоды тщательно вымыть, Удалить стебельки, пропустить через соковыжималку или протереть через сито. Перемешать с сахаром. Перед подачей на стол добавить минеральную или газированную воду. Подавать в маленьких стаканчиках, положив в каждый по кусочку льда.

300 г смородины и клубники, 5 столовых ложек сахарного песка, 2 стакана минеральной или газированной воды.

Из клубники и крыжовника. Вскипятить воду, охладить. Ягоды вымыть, удалить стебельки. Пропустить ягоды через соковыжималку или протереть через сито. Во время протирания постепенно добавлять охлажденную воду, чтобы облегчить этот процесс. Положить сахарный песок по вкусу, разлить в стаканы, положив в каждый по кусочку льда.

400 г клубники, 200 г крыжовника, 2 стакана воды, сахар по вкусу.

Из клубники, малины или земляники. Ягоды вымыть, удалить стебельки, протереть через частое сито или про пустить через соковыжималку. Добавить сахар по вкусу. Перед подачей перемешать с газированной или минеральной водой. Подавать в стаканах, положив в каждым по кусочку льда.

400 г клубники, 250 г малины или земляники, $^1/_2$ стакана сахарного песка, 2 стакана газированной или минеральной воды.

Из клубники и земляники. Ягоды вымыть, удалить стебельки, протереть через частое сито. Перемешать с сахаром и сывороткой, охладить. Подавать в стаканах. Перед подачей можно положить в каждый стакан по 3- 4 небольшие ягоды клубники.

450 г клубники, 150 г земляники, 2 стакана сыворотки, $^1/_2$ стакана сахарного песка.

Из черники и крыжовника. Крыжовник вымыть, удалить стебельки. Раздавить ягоды, посыпать сахарным песком, залить горячей водой. Протереть через частое сито вместе с вымытой и перебранной черникой, перемешать с пахтой[4]. Приправить по вкусу сахаром, охладить.

400 г черники, 200 г крыжовника, 1 стакан пахты, 5-6 ложек сахарного песка, 1 стакан воды.

Из черники и мяты. Мяту залить кипятком, прикрыть, дать

отстояться. Воду вскипятить с сахаром, охладить. Чернику перебрать, вымыть, удалить стебельки, протереть через частое сито или марлю. Перемешать с сиропом и процеженным настоем мяты. Охладить. Подавать в стаканчиках, положив в каждый по кусочку льда.

600 г черники, 1 ложечка мяты, $^1/_2$ стакана кипятка, 5-6 столовых ложек сахарного песка, 2 стакана воды.

Из малины, крыжовника и меда. Ягоды вымыть, очистить и протереть через сито. В кипяченой воде растворить мед, размешать с протертыми ягодами, процедить сквозь марлю. Напиток охладить и подавать в стаканах.

300 г малины, 300 г крыжовника, 3 столовые ложки меда, $2^1/_2$ стакана воды.

Из ежевики и смородины. Вымытую ежевику размять, посыпать сахарным песком. Смородину вымыть, удалить стебельки, протереть через сито вместе с ежевикой. Можно также ежевику и смородину пропустить через соковыжималку и тщательно перемешать с сахаром. Готовый сок смешать с минеральной водой. Перед подачей в каждый стакан положить по кусочку льда.

600 г ежевики, 600 г белой смородины, $^1/_2$ стакана сахарного песка, $1^1/_2$ стакана минеральной воды.

Из плодов шиповника с малиной. Вымытые и очищенные от семян плоды шиповника раздавить, залить кипятком и оставить в кастрюле, закрытой крышкой, на 1 ч. Малину вымыть, очистить от стебельков, протереть через сито. Размешать с настоем плодов шиповника, приправить сахаром по вкусу. Подавать охлажденный напиток в высоких керамических стаканах.

200 г свежих или 50 г сушеных плодов шиповника, 300 г малины, 3 стакана воды, сахар по вкусу.

Из плодов шиповника и меда. Воду вскипятить, охладить. Пюре из шиповника размешать с медом и охлажденной водой. Охлажденный напиток подавать в стаканах, положив в каждый по кусочку льда.

1 л воды, 2-3 столовые ложки пюре из шиповника, 4 столовые ложки меда.

Из ананаса и пюре шиповника. Воду вскипятить с сахаром и охладить. Готовое пюре из шиповника развести небольшим количеством холодной воды, а затем размешать с остальной водой. Перед подачей добавить ананас с соком и размешать. Подавать с кусочками пищевого льда в стаканах или в высоких бокалах.

3 стакана воды, 2-3 столовые ложки пюре из шиповника, 150 г сахарного песка, 1 стакан консервированного ананаса с соком.

Фруктовый с добавлением пюре шиповника. Фрукты вымыть и очистить, из абрикосов удалить косточки. Яблоко и грушу натереть на терке, абрикосы протереть через сито. Залить кипяченой холодной водой, размешать, приправить по вкусу пюре из шиповника и сахарным песком. Подавать в стаканчиках, положив в каждый по кусочку льда.

1 груша, 1 яблоко, 2 абрикоса, 2-3 столовые ложки пюре из шиповника, 3 стакана воды, сахар по вкусу.

Фруктовый. Желтки растереть с сахаром, постепенно добавляя соки и быстро размешивая. Приправить по вкусу сахаром и лимонным соком. Перед подачей размешать с газированной водой. Подавать со льдом.

1 стакан сока красной или белой смородины, 1 стакан малинового сока, $^1/_2$ стакана сока клубники, 2 желтка, 1 $^1/_2$ стакана газированной воды, лимонный сок и сахар по вкусу.

Из яблок и слив. Яблоки вымыть, очистить, удалить сердцевину. Сливы вымыть, удалить косточки. Пропустить яблоки и сливы через соковыжималку, размешать с водой, приправить по вкусу сахаром, охладить и разлить в стаканчики.

1 кг кисло-сладких яблок, 250 г зрелых слив, 1 стакан кипяченой холодной воды, сахар по вкусу.

Осенний фруктовый. Воду вскипятить с сахаром и лимонной коркой. Охладить. Яблоки и груши вымыть, очистить, удалив сердцевины, натереть на терке, сбрызнуть лимонным или клюквенным соком (можно раствором лимонной кислоты), чтобы не потемнели. Размешать с водой и сливами, протертыми через сито. Разлить напиток в стаканы, положив в каждый по кусочку льда.

3 больших яблока, 2 груши, 300 г зрелых слив, 2 стакана воды, лимонная корка, лимонный или клюквенный сок по вкусу.

Из фруктовых соков. Соки смешать. Разлить в стаканы, наполнив их наполовину. Долить газированную воду и положить кусочки льда.

1 стакан виноградного сока, 1 стакан черносмородинового пюре, газированная вода.

Из фруктовых соков и сливок. Соки смешать, влить постепенно сливки, не переставая быстро помешивать. Подавать в стаканах, положив в каждый по кусочку льда.

1 стакан яблочного пюре, 1 стакан черносмородинового сока, 1 стакан виноградного сока, 1 стакан сливок, сахар по вкусу.

Из яблок с медом. Яблоко вымыть, очистить от кожицы, удалить сердцевину и сварить в воде. Затем протереть его, в полученную теплую массу добавить мед и тщательно перемешать.

1 яблоко (кислое), 1 столовая ложка натурального меда, $^3/_4$

стакана воды.

Яблочный напиток с медом. Нарезанные сушеные яблоки положить в кастрюлю, залить холодной водой, поставить на огонь и варить около 30 мин. Затем отвар процедить, добавить мед и лимонный сок и хорошо перемешать. Подавать напиток горячим.

150 г сушеных яблок, $^1/_2$ стакана натурального меда, 2 столовые ложки лимонного сока, 1 л воды.

Узвар. Сушеные фрукты хорошо вымыть, залить водой, закрыть крышкой, поставить на огонь и варить до готовности. Яблоки и груши варить отдельно и несколько дольше. Сваренные фрукты смешать вместе, добавить мед, снова поставить на огонь и, постоянно перемешивая, довести до кипения. Затем снять с огня и поставить в холодное место для охлаждения.

40 г сушеных груш, 20 г сушеных яблок, 40 г сушеного чернослива, 20 г сушеных вишен, 20 г изюма, 1-2 столовые ложки меда, 1 л воды.

Грушевый крем. Миндаль очистить, ошпарить кипятком, удалить оболочку, положить в миксер, влить воду и размельчить до получения однородной массы. Затем добавить нарезанные на небольшие кусочки груши (их желательно очистить от кожицы), сахарный песок, сухой бисквит, ряженку, молоко и взбить в течение 2 мин. Напиток сразу же подать. Сверху можно положить взбитые сливки.

2 большие спелые груши, 200 г неочищенного сладкого миндаля, 3 столовые ложки сахарного песка, $1^1/_4$ стакана пастеризованного молока, 2 столовые ложки воды, 1 $^1/_4$ стакана ряженки.

Напиток "Золотое сердце". Вишневый сок поставить на огонь и довести до кипения, но не кипятить. Затем снять с огня, перелить в предварительно хорошо прогретый стакан и добавить персиковый сок и апельсиновый сироп.

$^1/_2$ стакана вишневого сока, 3 столовые ложки персикового сока, 2 столовые ложки апельсинового сиропа промышленного изготовления.

Напиток "Спартакиада". Вишневый морс поставить на огонь и довести до кипения, но не кипятить. Затем снять с огня, перелить в предварительно хорошо прогретый стакан и добавить абрикосовый сок и лимонный сироп.

$^1/_2$ стакана вишневого морса, 3 столовые ложки абрикосового сока, 3 столовые ложки лимонного сиропа промышленного изготовления.

Напиток "Краса Севера". Вскипятить воду с сахаром, добавить в нее вымытую и очищенную от косточек (можно и с косточками) вишню и корицу, поставить на огонь и варить в

течение 10-15 мин. Затем, не снимая с огня, добавить разведенный в холодной воде крахмал и снова вскипятить. Напиток охладить и перед подачей на стол заправить сметаной.

К напитку подать бисквитные сухарики. Для этого предварительно испеченный бисквит разрезать на тонкие ломтики и подсушить.

$1^1/_2$ стакана вишни, $^1/_2$ стакана сахарного песка, $^1/_2$ стакана сметаны, 1 г корицы, $^1/_2$ столовой ложки картофельного крахмала, 1 л воды.

Напиток "Летние грезы". Ягоды черешни или вишни вымыть, очистить от косточек, положить в бокал, засыпать сахарным песком или пудрой, добавить мороженое и залить холодной газированной водой. Напиток подавать сразу.

5-7 ягод черешни или вишни, 2 чайные ложки сахарного песка или пудры, 25 г орехового мороженого, $^1/_2$ стакана холодной газированной воды.

Черносмородиновый напиток. Черносмородиновый сок, ванильный сироп и крепко заваренный чай влить в посуду и тщательно перемешать. Затем через ситечко процедить в стакан и долить горячей кипяченой водой. Можно добавить сахар по вкусу.

$^1/_4$ стакана черносмородинового сока, 2 чайные ложки ванильного сиропа, 2 столовые ложки несладкого крепко заваренного чая, $^1/_2$ стакана горячей кипяченой воды.

Малиновый десертный. В 200-граммовый стакан влить малиновый сироп и ананасный сок, положить мороженое и добавить газированную воду. Напиток сразу же подать.

1 столовая ложка малинового сиропа промышленного изготовления, 50 г фруктового мороженого, 2 чайные ложки ананасного сока, стакана газированной воды.

Малиново-лимонный. Высокий стакан или бокал наполнить до половины мелко толченым льдом, влить малиновый сок и лимонный сироп, положить консервированные фрукты ассорти и добавить газированную воду. Напиток сразу же подавать.

1 столовая ложка малинового сока, 1 столовая ложка лимонного сиропа промышленного изготовления, 50 г консервированных фруктов ассорти, пищевой лед, $^1/_3$ стакана газированной воды.

Напиток "Дипломат". В высокий бокал положить мороженое и консервированные фрукты ассорти, влить клубничный и лимонный сиропы и газированную воду. Напиток сразу же подать.

1 столовая ложка клубничного и 2 чайные ложки лимонного сиропов промышленного изготовления, 50 г клубничного мороженого, 50 г консервированных фруктов ассорти, $^1/_4$ стакана газированной воды.

Абрикосовый десертный. В 200-граммовый бокал или стакан налить абрикосовый и лимонный соки и сахарный сироп, перемешать, влить газированную воду и положить 1 кубик льда. Напиток сразу же подать.

3 столовые ложки абрикосового и 1 столовая ложка лимонного соков, 2 столовые ложки сахарного сиропа, $^1/_2$ стакана газированной воды, 1 кубик льда.

Апельсиновый сок с медом. Мед тщательно перемешать с апельсиновым соком и охладить. Подавать напиток с кубиками льда.

$^1/_2$ стакана апельсинового сока, 2 столовые ложки натурального меда, 1-2 кубика льда.

Напиток "Венера". Свежую апельсиновую кожуру пропустить через мясорубку и в полученную массу влить охлажденную кипяченую воду, добавить по вкусу лимонную кислоту и процедить. Лимон нарезать кружочками. Перед подачей на стол в стаканы с напитком положить по 1 кубику льда и ломтику лимона.

Кожура с 1 апельсина, 1 лимон, 1 л охлажденной кипяченой воды, лимонная кислота и сахар по вкусу, кубики льда.

Напиток "Люкс". В высокий бокал положить мороженое и консервированные фрукты ассорти, влить апельсиновый и лимонный сиропы и газированную воду. Напиток сразу же подать.

1 столовая ложка апельсинового и 2 чайные ложки лимонного сиропов промышленного изготовления, 50 г сливочного мороженого, 50 г консервированных фруктов ассорти, $^1/_3$ стакана газированной воды.

Напиток "Злата Прага". В 200-граммовый бокал или стакан влить лимонный, апельсиновый и малиновый сиропы и газированную воду. Напиток сразу же подать.

1 столовая ложка апельсинового и 2 чайные ложки лимонного и малинового сиропов промышленного изготовления, 1 $^1/_4$ стакана газированной воды.

Лимонный сок с медом. Мед тщательно размешать с лимонным соком и охладить. Перед подачей на стол в стаканы с напитком положить лед.

$^1/_2$ стакана лимонного сока, 2-3 столовые ложки натурального меда, 1-2 кубика льда.

Напиток "Кислинка". Выжать сок из лимонов, добавить в него сахарный песок и натертую цедру, влить кипяченую воду и размешать до полного растворения сахара. Напиток подавать с кубиками льда.

3-4 лимона, 1-2 чайные ложки натертой на терке лимонной цедры, 3 стакана кипяченой воды, $^1/_3$-$^1/_2$ стакана сахарного песка,

4-8 кубиков льда.

Напиток "Зимний". Лимонный сок сильно нагреть на огне, но не кипятить. Затем перелить его в предварительно хорошо прогретый стакан, добавить клубничный и лимонный сиропы и хорошо перемешать. Подавать напиток горячим.

1/2 стакана лимонного сока, 1 столовая ложка клубничного сиропа промышленного изготовления, 2 чайные ложки лимонного сиропа промышленного изготовления.

Напиток медовый "Былина". В горячую воду положить мед, поставить на огонь и кипятить в течение 5 мин. Затем снять с огня и добавить лимонный сок или лимонную кислоту. Подавать напиток хорошо охлажденным.

1 чайная ложка лимонного сока или 1/8 чайной ложки лимонной кислоты, 1-2 чайные ложки натурального меда, 1 стакан горячей кипяченой воды.

Ананасный. В высокий бокал влить ананасный сок, лимонный сироп и газированную воду. Напиток сразу же подать, положив в бокал кусочек льда.

1/2 стакана ананасного сока, 1 столовая ложка лимонного сиропа промышленного изготовления, 1/3 стакана газированной воды, 1 кубик льда.

Напиток "Арагви". Воду вскипятить и в крутой кипяток высыпать сахарный песок. Затем добавить вишневый или малиновый сироп и гранатовый сок. Напиток подавать хорошо охлажденным.

1/2 стакана гранатового сока, 1/2 стакана вишневого или малинового сиропа промышленного изготовления, 2-3 столовые ложки сахарного песка, 1 л воды.

Напиток из дыни. Мякоть дыни нарезать на небольшие кубики (примерно 1 X 1 см). Лед мелко истолочь и наполнить им высокий бокал до половины. Затем влить в него гранатовый и виноградный соки, положить нарезанную кубиками мякоть дыни и осторожно добавить газированную воду. Напиток сразу же подать.

1 столовая ложка гранатового сока, 1 столовая ложка виноградного сока, 50 г мякоти дыни, лед, 1/3 стакана газированной воды.

Из айвы. Айву вымыть, очистить от кожицы и сердцевины, нарезать кубиками, положить в кастрюлю, залить водой, добавить по вкусу сахарный песок и соль и поставить на огонь. Варить на слабом огне до мягкости. Затем добавить сметану, размешать и дать еще немного покипеть. Напиток можно подавать и горячим, и холодным.

1/2 кг айвы, 1/2 стакана сметаны, 1 л воды, сахарный песок,

щепотка соли по вкусу.

Десертный из айвы. Айву вымыть, очистить от кожицы и сердцевины, нарезать тонкими ломтиками, положить в кастрюлю, залить холодной водой, добавить сахарный песок и корицу, поставить на слабый огонь и варить до мягкости. Сваренные дольки айвы можно протереть через сито. Подавать напиток в охлажденном виде.

$^1/_2$ кг айвы, $^3/_4$ - 1 стакан сахарного песка, 1 л воды, немного корицы.

Из урюка. Сушеный урюк тщательно промыть, положить в кастрюлю, залить водой и поставить варить. Когда плоды урюка набухнут, охладить в той же кастрюле, отвар процедить через марлю, разлить в чашки и подать к столу.

На 1 кг сушеного урюка - 2 л воды.

Напиток мятный. Воду вскипятить вместе с лимонной кислотой, сахаром, в кипящую воду засылать мяту, остудить, процедить. Края стаканов натереть ломтиком лимона, погрузить их в сахар, дать ему засохнуть и затем осторожно влить в стаканы напиток.

1 л воды, $^1/_2$ чайной ложки лимонной кислоты, 1-2 столовые ложки сахару, 2 столовые ложки сушеной мяты перечной.

Цикориевый. Воду с цикорием вскипятить, добавить апельсиновый сироп, когда остынет, процедить. На 1 порцию наливать $^1/_2$-$^3/_4$ стакана цикориевого напитка, яблочный сок добавляют по вкусу.

1 л воды, 1 столовая ложка обжаренного молотого цикория, 2 столовые ложки апельсинового сиропа, яблочный сок.

Щавелевый. Измельченный щавель положить в кипяток, посолить, варить 20 мин. Процедить, добавить сахар по вкусу. Когда остынет, подавать с кусочками льда.

На 1 л воды - 100 г щавеля, 1-2 столовые ложки сахару.

Напиток яблочный "Павлннка". На терке натереть промытые и очищенные яблоки и выжать сок. В сок всыпать сахар, прокипятить, процедить через мелкое сито или марлю, дать отстояться, а потом аккуратно, не взбалтывая осадок, перелить в другую посуду. Таким же образом приготовить клюквенный сок, смешать его с яблочным, добавить сахар, холодную кипяченую воду, немного ванилина. Поставить на холод и подать в кувшине с кусочком льда.

На 500 г яблок - 200 г клюквы, 100 г сахару, 200 г воды, ванилин на кончике чайной ложки.

Изюмный отвар. Промытый изюм залить горячей водой, отварить при слабом кипении 10-15 мин и дать настояться в течение 30-40 мин. Затем отвар процедить, изюм отжать. В

напиток добавить лимонную кислоту и размешать.

На 1 л напитка - 500 г изюма, 1,5 лимонной кислоты, 850 г воды.

Из барбариса. Барбарис залить горячей водой, варить, пока ягоды не станут мягкими, и процедить. В отвар всыпать сахарный песок, добавить разведенный в кипяченой воде ванильный порошок. Напиток размешать и охладить.

На 1 л напитка - 200 г сушеного барбариса, 100 г сахарного песка, 1 г ванильного порошка, 1100 г воды.

Из сушеных яблок. Сушеные яблоки хорошо промыть, залить кипятком и, закрыв посуду крышкой, дать настояться 3-4 ч. Затем процедить, всыпать сахарный песок, размешать и охладить. Напиток можно готовить с добавлением лимонной кислоты (3-5 г).

На 1 л напитка - 150 г сушеных яблок, 100 г сахарного песка, 1100 г воды.

Из фисташек. Фисташки обдать кипятком, очистить, мелко измельчить (лучше истолочь). Сахар растворить в холодной кипяченой воде, добавить ванильный порошок. Этим раствором залить фисташки, накрыть посуду крышкой и настоять в холодном месте 2-3 ч. Готовый отвар процедить.

На 1 л напитка - 250 г фисташек, 150 г сахарного песка, 1 г ванильного порошка, 1100 г воды.

Морошковый напиток. В стакан положить варенье из морошки, влить молоко, перемешать и добавить крепкий черный кофе. Подавать напиток хорошо охлажденным.

3 чайные ложки варенья из морошки, 1 столовая ложка пастеризованного молока, $^1/_2$ стакана несладкого крепкого черного кофе.

Ежевичный. Сначала нужно приготовить ежевичное пюре. Для этого ежевику перебрать и протереть через частое сито. Затем в полученное пюре добавить сахарную пудру или сахарный песок, влить холодное молоко и взбить в миксере или веничком. Подавать напиток хорошо охлажденным.

2 стакана ежевики, 1 л холодного пастеризованного молока, $^1/_2$ стакана сахарного песка.

Прохладительные напитки

К прохладительным напиткам относятся десертные *газированные воды промышленного изготовления*. Они насыщены углекислым газом. Изготовляют их на натуральных плодово-ягодных соках, экстрактах, настойках цитрусовых плодов и ароматических эссенциях. В них много сахара и органических кислот, которые способствуют лучшему перевариванию пищи. Приводим краткую характеристику наиболее распространенных и популярных напитков: "Лимонный", "Лимонад", как на то указывает их название, имеют в своем составе настойку из лимонной цедры, лимонной кислоты, а также сахар; освежающий напиток "Байкал" вырабатывается из натурального растительного сырья - настоев трав и листьев душистых растений с добавлением сахара и лимонной кислоты. "Байкал" обладает тонизирующим свойством и отличается приятным вкусом и ароматом. В основу экстракта напитка пепси-кола входят антильский орех кола, лимонный сок, мадагаскарская ваниль, ароматические масла из экзотических растений южных и восточных стран, дважды рафинированный сахар. Этот напиток хорошо утоляет жажду и служит тонизирующим средством для организма.

Наша страна очень богата *минеральными водами*, которые применяются при лечении многих заболеваний органов желудочно-кишечного тракта, верхних дыхательных путей и т. д. Наиболее известны следующие минеральные воды: ессентукские - № 4 и 17; железноводские - смирновская и славяновская; полюстрово; воды источников Боржоми, Саирме, Джермука, Дилижана, Витаутаса, Миргородского, Поляны-Квасова, Нафтуси, Свалявы, Исти-Су и др. Многие минеральные воды помимо целебных свойств обладают высокими вкусовыми и освежающими свойствами и используются как столовые. К их числу относятся нарзан, ессентуки № 20, боржоми и др.

Помимо естественных минеральных вод существуют и искусственные, которые приготавливают, добавляя в питьевую воду определенные минеральные соли, а затем насыщая ее углекислым газом. Благодаря солоноватому привкусу эти минеральные воды хорошо утоляют жажду. К искусственным минеральным водам относятся сельтерская и содовая. В содовую, воду при ее производстве добавляют соду и поваренную соль, а в сельтерскую помимо перечисленных солей - хлористый кальций и магний.

Перечисленные прохладительные напитки и минеральные воды попадают в наш дом в готовом виде. Разумеется, они вкусны

и полезны сами по себе. Однако их вкусовые достоинства обнаруживаются полнее, когда на их основе осуществляют *приготовление всевозможных напитков в домашних условиях* (физы, лимонады, крюшоны, газированные коктейли и т. д.). Прохладительные напитки домашнего изготовления, как правило, подают со льдом. Лед лучше всего готовить в виде кубиков величиной с грецкий орех. Кусочки льда такого размера не успевают быстро растаять и разбавить напиток. К праздничному столу бокалы, в которых подаются напитки, можно украсить сахарным ободком, или "инеем". Для этого внутренний край бокала примерно на ширину пальца нужно натереть лимоном, затем опустить бокал в сахарный песок и покрутить, а вынув из песка, слегка встряхнуть. На краю бокала остается сахарный ободок. Если вместо лимона использовать апельсин или мандарин, то сахарный ободок будет иметь слегка розоватый оттенок.

Коктейли

Коктейль - широко распространенный смешанный напиток. В его состав входят фруктовые соки и сиропы, молочные изделия, фрукты и ароматизирующие вещества. Благодаря смешению различных компонентов коктейль искрится разными цветами, напоминая петушиный хвост. Смешанные напитки с таким названием были известны в Америке более ста лет назад. Их пили во время проведения петушиных боев, очень популярных в свое время. Однако в то время мало внимания обращали на вкусовые качества и аромат напитка, так как в основном стремились к тому, чтобы достичь наиболее яркого зрительного эффекта. В настоящее время в коктейли помимо соков добавляют молоко, яйца, взбитые сливки, кофейный экстракт, шоколад, мороженое, пряности и т. д. В стакан с коктейлем кладут также фрукты и ягоды (вишню, малину, кусочек апельсина, лимона или яблока и т. д.). Коктейль подают до или после еды, но не к другим блюдам. К столу можно подать соленое печенье, сыр или соленый миндаль.

В конце раздела смешанных напитков приведены рецепты слоистых коктелей ("Артистический", "Восторг", "Сенсация"). Отдельные компоненты этих коктейлей располагаются слоями и не смешиваются друг с другом.

Коктейль из соков. Сок и мороженое положить в миксер, тщательно взбить, затем вылить в стакан, сбрызнуть соком, отжатым из лимонной цедры.

$^1/_2$ стакана абрикосового, яблочного, вишневого или виноградного сока, 50-100 г сливочного мороженого, лимонная цедра.

Вишневый. Вишневый сироп, молоко и желток налить в миксер, взбить, вылить в стакан, по желанию сбрызнуть соком, отжатым из лимона.

$^1/_4$ стакана вишневого сиропа, $^1/_2$ стакана молока, 1 яичный желток, лимонная цедра.

Лимонный. Лимонный сок выжать, вылить в миксер, добавить сахар, желток, молоко и мороженое, взбить, вылить в стакан (или в 2-3 маленьких стаканчика).

$^1/_2$ лимона, 1 столовая ложка сахару, 1 яичный желток, $^1/_2$ стакана молока, 1-2 столовые ложки сливочного мороженого.

Томатный. Томатный сок и яичный желток вылить в миксер, добавить остальные компоненты, кроме сливок, взбить, вылить в низкий стакан. Сверху положить сливки, сбрызнуть соком из лимонной цедры.

1/2 стакана томатного сока, 1 яичный желток, соль, перец, 1 чайная ложка тертого лука или лимонного сока, 1 чайная ложка взбитых сливок, лимонная цедра.

Апельсиновый. Отжать сок из апельсина, налить в миксер, добавить сахар или мед, желток, яблочный сок и взбить. Налить в стакан, добавить толченые орехи и сбрызнуть соком из апельсиновой цедры.

1 апельсин, 1 чайная ложка сахару или меда, 1 яичный желток, 1/2 стакана яблочного сока, 1 столовая ложка толченых орехов.

Овощной. Соки налить в миксер, добавить приправы, взбить, налить в стаканы, сбрызнуть соком из лимонной или апельсиновой цедры.

1/4 стакана томатного сока, 1/4 стакана морковного сока, 1/4 стакана апельсинового сока, 1/4 стакана лукового или яблочного сока, сахар, соль, перец.

Чайный. Чай, соки и приправы тщательно перемешать, дать постоять в холодном месте 20-30 мин, калить в стаканы, в каждый стакан положить вишню или сливу, сбрызнуть соком, отжатым из лимонной цедры.

1/4 стакана крепкого чая, 1/4 стакана сливового компота, 1 чайная ложка гранатового экстракта или острого соуса.

Кофейный. Продукты взбить веничком или в миксере, налить в стакан, сбрызнуть соком из апельсиновой или лимонной цедры. При желании посыпать мелко размолотым кофе.

1/2 стакана холодного кофе, 1 чайная ложка сахару, 2 чайные ложки лимонного или яблочного сока, 1/2 стакана сливочного или молочного мороженого.

Клубничный. Сироп растворить в холодной кипяченой воде, добавить мороженое, взбить до образования пены. В каждый стакан положить по ягодке клубники (консервированной или свежей).

Таким же способом можно приготовить вишневый, малиновый, черничный, апельсиновый, брусничный и другие коктейли.

1-2 столовые ложки клубничного сиропа, 1/2 стакана кипяченой воды, 100 г клубничного мороженого, несколько ягод клубники.

Коктейль АВС. Положить в фужер консервированные Фрукты (виноград, апельсин, вишня, абрикос), затем влить остальные компоненты.

50 г консервированных фруктов, 30 г ананасного сока, 40 г черничного морса, 10 г лимонного сиропа.

Персиковый. Положить в фужер консервированные Фрукты и

добавить остальные компоненты.

50 г консервированных фруктов, 30 г персикового сока, 10 г вишневого сиропа и 50 г смешанного фруктового морса.

Яблочно-кофейный. В фужер положить консервированные фрукты ассорти и влить клубничный сок, кофейный сироп и яблочный сок.

$^1/_4$ стакана яблочного сока, 2 столовые ложки клубничного сока, 2 чайные ложки кофейного сиропа, 50 г консервированных фруктоз.

Коктейль "Росинка". Влить в миксер натуральный мед выжать туда сок из лимонов, добавить яблочный сок и все хорошо взбить. Коктейль подавать с кубиками льде

3 стакана яблочного сока, 3 лимона, 3 столовые ложки натурального меда, 4-8 кубиков льда.

Коктейль "Мичуринский". В шейкер влить яблочный сок, выжать сок из лимона, добавить мед и лед и хорошо смешать. Коктейль сразу же подать.

$^2/_3$ стакана яблочного сока, 1 лимон, 1 столовая ложка натурального меда, 2 кубика льда.

Коктейль "Серенада". В фужер положить консервированные фрукты ассорти и залить апельсиновым сиропом, ананасным соком и вишневым морсом.

$^1/_4$ стакана вишневого морса, 1 столовая ложка ананасного сока, 2 чайные ложки апельсинового сиропа промышленного изготовления, 50 г консервированных фруктов (черешня, вишня, клубника, персики и др.).

Вишневый газированный. В миксер положить мороженое, добавить вишневый сироп, газированную или минеральную воду и взбить в течение 1-2 мин. Коктейль сразу же подать.

1 стоповая ложка вишневого сиропа промышленного изготовления, 50 г молочного или молочно-фруктового мороженого, $^1/_2$ стакана газированной или минеральной воды.

Вишневый с поплавком. В миксер положить 25 г мороженого, а остальное мороженое оставить на поплавок. Затем влить в миксер вишневый сироп, холодное молоко и взбить в течение 1-2 мин так, чтобы смесь хорошо вспенилась. Перед подачей на стол в фужер с коктейлем сверху положить оставшийся кусочек мороженого.

2 столовые ложки вишневого сиропа промышленного изготовления, 50 г молочного или молочно-фруктового мороженого, $^3/_4$ стакана холодного пастеризованного молока.

Черносмородиновый газированный. В миксер положить мороженое, добавить черносмородиновый сироп, газированную или минеральную воду и взбить в течение 1-2 мин. Коктейль

сразу же подать.

1 столовая ложка черносмородинового сиропа промышленного изготовления, 50 г молочного или молочно-фруктового мороженого, 1/2 стакана газированной или минеральной воды.

Молочный с соком. В миксер или шейкер влить холодную простоквашу или кефир, добавить черно- или красносмородиновый сок, сахарную пудру и хорошо смешать. Коктейль подавать с кубиками льда.

1 стакан черно- или красносмородинового сока, 2 стакана холодной простокваши или кефира, 2 чайные ложки сахарной пудры, 4 кубика льда.

Смородиновый с яйцом. Яйцо растереть с сахарным песком, добавить холодное молоко и черно- или красносмородиновый сок, тщательно перемешать и охладить в холодильнике. Коктейль подавать с кубиками льда.

1/2 л черно- или красносмородинового сока, 1/2 л холодного пастеризованного молока, 1 яйцо, сахарный песок по вкусу, 4-5 кубиков пищевого льда.

Коктейль "Ассорти". Положить в фужер консервированные фрукты ассорти и влить ананасный сок, лимонный сироп и черносмородиновый морс.

1/4 стакана черносмородинового морса, 2 столовые ложки ананасного сока, 2 чайные ложки лимонного сиропа промышленного изготовления, 50 г консервированных фруктов ассорти.

Черносмородиновый с поплавком. В миксер положить 25 г мороженого, а остальное мороженое оставить на поплавок. Затем влить в миксер черносмородиновый сироп, холодное молоко и взбить в течение 1-2 мин. Перед подачей на стол в фужер с коктейлем сверху положить оставшийся кусочек мороженого.

2 столовые ложки черносмородинового сиропа промышленного изготовления, 50 г молочного или молочно-фруктового мороженого, 1/2 стакана холодного пастеризованного молока.

Коктейль с крыжовником. Крыжовник вымыть, высыпать в кастрюлю, залить водой и поставить на огонь. Варить до тех пор, пока ягоды не начнут трескаться. Затем снять с огня и протереть ягоды через частое сито. Полученный сок остудить. Положить в шейкер желток куриного яйца, добавить сок крыжовника, холодное молоко, мед, лед и смешать в течение 1-2 мин. Подавать коктейль хорошо охлажденным.

1/3 стакана сока крыжовника, 1/3 стакана холодного пастеризованного молока, 1 яичный желток, 1 столовая ложка

натурально, го меда, 2-3 кубика льда.

Арониевый с яйцом. Положить в шейкер желток куриного яйца, добавить сок черноплодной рябины (аронии), холодное молоко, выжать туда сок из лимона и тщательно взбить. Коктейль сразу подать.

1 стакан сока черноплодной рябины, 2 стакана холодного пастеризованного молока, 1 лимон, 1 яичный желток, сахар по вкусу.

Арониевый с молоком. Положить в миксер желтки куриных яиц, добавить мед, арониевый сок и охлажденное молоко и взбить в течение $1^1/_2$-2 мин. Коктейль подавать с кубиками льда.

1 стакан арониевого сока, 2 стакана холодного кипяченого молока, 3 яичных желтка, 1 столовая ложка натурального меда, 4-8 кубиков льда.

Арониевый с мороженым. Выжать сок из ягод черноплодной рябины, вылить его в миксер, добавить молочное мороженое и холодное молоко и хорошо взбить. Коктейль сразу же подавать.

$^1/_2$ кг ягод черноплодной рябины, 100 г молочного мороженого, 1 стакан холодного пастеризованного молока.

Арониевый с кефиром. В миксер или шейкер влить холодный кефир или простоквашу и арониевый сок, добавить сахарную пудру и хорошо смешать. Коктейль подавать с кубиками льда.

1 стакан арониевого сока, 2 стакана холодного кефира или простокваши, 2 чайные ложки сахарной пудры, 4 кубика льда.

Коктейль из малины и простокваши. Вылить в посуду холодную простоквашу, размешать ее, добавить малиновый сок, сахарную пудру и перемешать. Коктейль подавать с кубиками льда.

1 стакан малинового сока, 2 стакана холодной простокваш 2-3 чайные ложки сахарной пудры.

Малиновый с молоком. Яйцо растереть с сахарным песком, добавить холодное молоко и малиновый сок, тщательно перемешать и охладить. Коктейль подавать с кубиками льда.

$^1/_2$ л малинового сока, $^1/_2$ л холодного пастеризованного молока, 1 яйцо, сахарный песок по вкусу, несколько кубиков пищевого льда.

Малиновый с лимоном. Яйцо растереть с сахарной пудрой. Малину перебрать, сполоснуть, дать воде стечь, размять деревянной ложкой в пюре и перемешать с яйцом. Затем влить в малиновый сок холодное молоко, по желанию выжать в смесь сок из лимона, тщательно перемешать и охладить. Коктейль подавать с кубиками льда.

1 стакан малины, $^1/_2$ стакана малинового сока, 1 лимон, 2

стакана холодного пастеризованного молока, 1 яйцо, 2 столовые ложки сахарной пудры, 4-8 кубиков льда.

Малиновый с мороженым. Малину перебрать, сполоснуть, дать воде стечь, а затем из ягод выжать сок и вылить его в миксер. Туда же положить молочное мороженое, добавить холодное молоко и хорошо взбить. Коктейль сразу же подать.

$^1/_2$ кг ягод малины, 100 г молочного мороженого, 1 стакан холодного пастеризованного молока.

Фруктово-сливочный. В миксер положить сливочное мороженое, влить малиновый сироп, холодное молоко и хорошо взбить. Полученную смесь вылить в бокал, в который предварительно положены фрукты ассорти. Коктейль подать в бокале с сахарным ободком.

50 г консервированных фруктов ассорти, 1 столовая ложка калинового сиропа промышленного изготовления, 20 г сливочного мороженого, $^1/_4$ стакана холодного молока.

Яичный коктейль. В миксер вылить охлажденное молоко, добавить остальные компоненты, все вместе взболтать. Перелить в бокал, сверху положить взбитые сливки.

50 г молока, 20 г сахарного сиропа, 20 г охлажденного сливочного крема, 100 г сливочного мороженого и 1 желток.

Коктейль "Европа". В миксер положить сливочное мороженое, влить клубничный сироп и холодное молоко и хорошо взбить. Полученную смесь вылить в бокал и сверху положить взбитые сливки. Коктейль подать в бокале с сахарным ободком.

1 столовая ложка клубничного сиропа промышленного изготовления, $^1/_2$ стакана холодного пастеризованного молока, 20 г сливочного мороженого, 10 г взбитых сливок.

Коктейль "Аврора". Влить в миксер желтки яиц, добавить мед, клубничный сок, охлажденное кипяченое молоко и взбить в течение 2 мин. Коктейль подавать с кубиками льда.

1 стакан клубничного сока, 2 стакана охлажденного кипяченого молока, 3 яичных желтка, 1 столовая ложка натурального меда, 4-8 кубиков льда.

Коктейль "Красна девица". Желтки куриных яиц растереть с сахарным песком добела, добавить кипящее молоко, быстро перемешать и остудить. Затем, перемешивая, поочередно влить клубничный, красносмородиновый и малиновый соки. Коктейль подавать охлажденным или с кусочками льда. Этот же коктейль можно приготовить в миксере. Для этого в миксер одновременно положить желтки, сахар, молоко, соки и хорошо взбить.

$^1/_2$ стакана клубничного сока, $^1/_2$ стакана красносмородинового сока, $^1/_2$ стакана малинового сока, $^1/_2$

стакана пастеризованного молока, 3 яичных желтка, 4 столовые ложки сахарного песка.

Клубничный с кефиром. Клубнику перебрать, очистить от чашелистиков, сполоснуть, дать воде стечь, выложить в миску и размять деревянной ложкой или пестиком, постепенно добавляя кефир и мед. Коктейль подавать хорошо охлажденным.

2 стакана свежих ягод клубники, 1 стакан кефира, 2-3 столовые ложки натурального меда.

Коктейль "Какао". Взбить в миксере охлажденное молоко и остальные компоненты. Перелить в бокал, сверху положить 10 г отдельно взбитых сливок.

50 г молока, 20 г сиропа какао, 20 г сливочного мороженого.

Коктейль "Богатырь". В миксер или шейкер вылить клубничный сок и холодную простоквашу или кефир, добавить сахарную пудру и хорошо перемешать. Коктейль подавать с кубиками льда.

1 стакан клубничного сока, 2 стакана холодной простокваши или кефира, 2 чайные ложки сахарной пудры, 4 кубика льда.

Клубничный с поплавком. В миксер положить половину порции мороженого, а остальное мороженое оставить на поплавок. Затем влить клубничный сироп, холодное молоко и взбить в течение 1-2 мин. Перед подачей на стол в фужер с коктейлем сверху положить оставшийся кусочек мороженого.

1 столовая ложка клубничного сиропа промышленного изготовления, 50 г молочного или молочно-фруктового мороженого, $^1/_2$ стакана холодного пастеризованного молока.

Шоколадный. Взбить в миксере охлажденное молоко и остальные компоненты. Перелить в бокал, сверху положить 10 г взбитых сливок.

50 г молока, 20 г шоколадного сиропа, 20 г сливочного мороженого.

Абрикосовый. В миксер положить сливочное мороженое, влить абрикосовый сок, холодное молоко и хорошо взбить. Полученную смесь вылить в бокал. Сверху положить взбитые сливки. Коктейль подавать в бокале с сахарным ободком.

2 столовые ложки абрикосового сока, $^1/_4$ стакана холодного пастеризованного молока, 20 г сливочного мороженого, 10 г взбитых сливок.

Абрикосовый газированный. В миксер положить мороженое, влить абрикосовый сироп, газированную или минеральную воду и взбить в течение 1-2 мин. Коктейль сразу же подать, можно с кубиками льда.

2 столовые ложки абрикосового мороженого, $^1/_2$ стакана газированной или минеральной воды.

Молочно-абрикосовый. В миксер положить мороженое, влить абрикосовый сироп, холодное молоко и взбить в течение 1-2 мин. Коктейль сразу же подать.

2 столовые ложки абрикосового сиропа, 25 г молочного или Молочно-фруктового мороженого, $^3/_4$ стакана холодного пастеризованного молока.

Абрикосовый с яйцом. Яйцо растереть с сахарным песком, влить холодное молоко и абрикосовый сок, тщательно размешать и поставить в холодильник.

$^1/_2$ л абрикосового сока, $^1/_2$ л холодного пастеризованного молока, 1 яйцо, сахарный песок по вкусу, несколько кубиков льда.

Абрикосовый с поплавком. В миксер положить 25 г мороженого, а остальное мороженое оставить на поплавок. Затем влить абрикосовый сироп, холодное молоко и взбить в течение 1-2 мин. Перед податей на стол в фужер сверху положить оставшийся кусочек мороженого.

2 столовые ложки абрикосового сиропа, 50 г молочного мороженого, $^1/_2$ стакана холодного пастеризованного молока.

Персиковый с яйцом. Яйцо растереть с сахарным песком, влить холодное молоко и персиковый сок, тщательно перемешать и поставить в холодильник. Коктейль подавать с кубиками льда.

$^1/_2$ л персикового сока, $^1/_2$ л холодного пастеризованного молока, 1 яйцо, 2-3 столовые ложки сахарного песка (по вкусу), несколько кубиков льда.

Карамельный сливочный. Сливочное мороженое и остальные компоненты взболтать в миксере. Перелить в бокал, сверху положить 10 г взбитых сливок.

50 г охлажденного молока, 20 г карамельного сиропа, 20 г мороженого.

Апельсиновый газированный. В миксер положить мороженое, добавить толченый пищевой лед, влить апельсиновый сироп и газированную или минеральную воду и взбить в течение 1 мин так, чтобы смесь хорошо вспенилась. Затем перелить в фужер или высокий стакан и добавить газированную воду. Напиток сразу же подавать.

1 столовая ложка апельсинового сиропа промышленного изготовления, 50 г молочного мороженого, 30 г толченого пищевого льда, $^1/_3$ стакана газированной или минеральной воды.

Апельсиновый с медом. В миксер или шейкер влить натуральный мед, куриные яйца, добавить апельсиновый и лимонный соки и хорошо смешать. Коктейль подавать с кубиками льда.

150-200 г натурального меда, 1 стакан апельсинового сока, 1 стакан лимонного сока, 2 яйца, 4-8 кубиков льда.

Апельсиновый с кофейным сиропом. В миксер или шейкер выжать сок из апельсина, выбить желток куриного яйца, влить кофейный сироп и молоко и свешать, чтобы смесь хорошо вспенилась. Коктейль перелить в высокий стакан и сверху положить взбитые сливки.

1 апельсин, 1 столовая ложка кофейного сиропа, 2 столовые ложки холодного молока, 1 яичный желток, 10 г взбитых сливок.

Ежевичный. В фужер положить консервированные фрукты и поочередно влить ежевичный сироп, черносмородиновый и апельсиновый соки.

$^1/_4$ стакана апельсинового сока, 1 столовая ложка черносмородинового сока, 2 чайные ложки ежевичного сиропа промышленного изготовления, 50 г консервированных фруктов ассорти.

Ореховый. Все компоненты взболтать в миксере. Перелить в бокал, сверху положить 10 г взбитых сливок.

50 г охлажденного молока, 20 г орехового сиропа, 20 г сливочного мороженого.

Виноградный. В миксер положить мороженое, влить виноградный и лимонный соки, апельсиновый сироп, газированную или минеральную воду и взбить в течение 1-2 мин так, чтобы смесь хорошо вспенилась. Коктейль сразу же подать.

2 чайные ложки виноградного сока, 1 столовая ложка апельсинового сиропа промышленного изготовления, 2 чайные ложки лимонного сока, 50 г молочного мороженого, $^1/_2$ стакана газированной или минеральной воды.

Томатный. В миксер или шейкер влить томатный сок и холодную простоквашу, добавить лед и смешать. Подавать коктейль хорошо охлажденным.

2 стакана томатного сока, 2 стакана холодной простокваши, 3-4 кубика льда, соль по вкусу.

Коктейль "Помидор". Из помидоров приготовить сок и вылить его в шейкер. Туда же выжать сок из лимона и хорошо смешать. Перед подачей на стол в стаканы или бокалы с коктейлем добавить по полдольки тертого чеснока и немного мелко нарезанного лука. Можно добавить по вкусу холодное свежее молоко.

1 кг помидоров, 1 лимон, 2-3 дольки чеснока, 1 столовая ложка мелко нарезанного зеленого лука и соль.

Морковный. В миксер положить натуральный мед, влить морковный сок, выжать сок из апельсинов и лимона, добавить ряженку или простоквашу и хорошо взбить. Коктейль подавать с кубиками льда.

2 стакана морковного сока, 2 апельсина, 1 лимон, 2 столовые

ложки натурального меда, 1 стакан ряженки или простокваши, 4-8 кубиков льда.

Коктейль морковным. Морковь вымыть, очистить, еще раз сполоснуть, нарезать на кусочки и выжать сок в ручной или электрической соковыжималке. Морковь можно также мелко натереть на терке и из полученной массы отжать сок через марлю. Затем сок влить в миксер, добавить небольшими частями фруктовое мороженое и хорошо взбить. Коктейль сразу же подать.

1 кг моркови, 100 г фруктового мороженого.

Ревеневый. Положить в шейкер желток куриного яйца, влить ревеневый сок, холодное молоко, выжать туда сок из лимона и тщательно смешать. Коктейль сразу же подавать.

1 стакан ревеневого сока, 2 стакана холодного пастеризованного молока, 1 лимон, 1 яичный желток, сахар по вкусу.

Коктейль из ревеневого сока с медом. Влить в шейкер ревеневый сок, выжать туда сок из лимона, добавить натуральный мед и лед и хорошо смешать. Коктейль сразу же подать.

$^2/_3$ стакана ревеневого сока, 1 лимон, 1 столовая ложка натурального меда, 2 кубика льда.

Огуречный. В миксер влить мед, сок из свежих огурцов, лимонный сок и хорошо взбить. Коктейль подавать с кубиками льда.

3 стакана сока из свежих огурцов, 3 столовые ложки лимонного сока, 3 столовые ложки натурального меда, 4-8 кубиков льда.

Коктейль из сельдерея. Сельдерей измельчить и из полученной массы отжать сок. Выбить в шейкер желток куриного яйца, влить сок сельдерея, холодное молоко, выжать туда сок из лимона и тщательно смешать. Коктейль сразу же подать.

1 стакан сока из сельдерея, 2 стакана холодного пастеризованного молока, 1 лимон, 1 яичный желток, немного соли.

Пряный. В миксер положить мороженое, влить пряный сироп и холодное молоко и взбить в течение 1-2 мин, так, чтобы смесь хорошо вспенилась. Коктейль подавать в холодном виде.

2 чайные ложки пряного сиропа, 50 г молочного мороженого, $^3/_4$ стакана пастеризованного молока.

Пряный газированный. В миксер положить мороженое, влить пряный сироп и газированную или минеральную воду и взбить в течение 1-2 мин. Коктейль сразу же подать, можно с кубиками льда.

2 столовые ложки пряного сиропа, 50 г молочного или молочно-фруктового мороженого, $^1/_3$ стакана газированной или

минеральной воды.

Гвоздичный. В фужер положить консервированные фрукты ассорти и влить гвоздичный сироп, апельсиновый сок и яблочный морс.

2 чайные ложки гвоздичного сиропа, $^1/_4$ стакана яблочного морса, 1 столовая ложка апельсинового сока, 50 г консервированных фруктов ассорти.

Молочко-пряный с поплавком. В миксер положить 25 г мороженого, часть мороженого оставить на поплавок. Затем влить в него пряный сироп, холодное молоко и взбить в течение 1-2 мин так, чтобы смесь хорошо вспенилась. Перед подачей на стол в фужер с коктейлем положить оставшийся кусочек мороженого. Коктейль можно готовить и без поплавка.

1 столовая ложка пряного сиропа, 50 г молочного мороженого, $^1/_2$ стакана холодного пастеризованного молока.

Коктейль "Чебурашка". В миксер положить мороженое, земляничное варенье, влить холодное молоко и взбить, чтобы смесь хорошо вспенилась. Перед подачей на стол в бокал с коктейлем сверху положить взбитые сливки и посыпать натертым шоколадом.

2-3 чайные ложки земляничного варенья, $^1/_4$ стакана холодного пастеризованного молока, 20 г сливочного мороженого, 10 г взбитых сливок, 10 г натертого на терке шоколада.

Яблочный. В фужер положить консервированные Фрукты и добавить остальные компоненты.

50 г консервированных фруктов, 10 г гвоздичного сиропа, 20 г апельсинового сока, 50 г яблочного морса.

Черничный. В фужер положить консервированные фрукты и добавить остальные компоненты.

50 г консервированных фруктов, 50 г мороженого, 10 г малинового сиропа и 30 г черничного морса.

Коктейль "Артистический". В бокал положить лед, затем осторожно, не смешивая, влить поочередно цитрусовый сироп, гранатовый сок, сок манго, шоколадный напиток[5] и яичный крем[6]. Сверху положить шарик мороженого и украсить его клюквой (или другими ягодами) и лимоном.

По 20 г цитрусового сиропа, гранатового сока и сока манго, 20 г пищевого льда, 40 г мороженого, по 30 г яичного крема и шоколадного напитка.

Коктейль "Восторг". В бокал, украшенный "инеем", положить лед, затем поочередно влить цитрусовый сироп, шоколадный напиток, мандариновый сок. Сверху положить шарик мороженого и украсить его тертым шоколадом, клюквой и лимоном.

30 г цитрусового сиропа, 20 г льда, 30 г шоколадного напитка, 100 г мандаринового (или апельсинового) сока, 50 г мороженого, 5 г тертого шоколада, 10 г лимона, 5 г клюквы, 5 г сахарного песка (для "инея").

Коктейль "Сенсация". В бокал, украшенный "инеем", положить лед, затем поочередно влить цитрусовый сироп, шоколадный напиток, апельсиновый сок и яичный крем. Украсить коктейль клюквой, тертым шоколадом и лимоном.

30 г цитрусового (или сахарного) сиропа, 20 г льда, 30 г шоколадного напитка, 120 г апельсинового (или мандаринового) сока, 30 г яичного крема, 5 г тертого шоколада, 10 г лимона, 5 г клюквы, 5 г сахарного песка для "инея".

Флипы

Флип - это напиток, в состав которого всегда входит свежее яйцо или только желток, растертый с сахаром, а затем размешанный с другими частями - сиропом, молоком, морсом. Флипы не следует долго взбалтывать, потому что водянистый флип теряет вкус. Кусочки льда должны быть крупными, чтобы таяние было медленным. Флипы подают в специальных бокалах или в бокалах для шампанского. Приведенные ниже рецепты рассчитаны на 1 порцию.

Яичный флип. Смешать в миксере в течение 1 мин 1 желток, 20 г сахарного сиропа, 120 г молока, 30 г малинового сока.

Кофейный. Смешать в миксере в течение 1 мин 1 желток, 40 г кофейного сиропа, 120 г молока.

Шоколадный. Смешать в миксере в течение 1 мин 1 желток, 40 г шоколадного сиропа, 120 г молока. Перелить в бокал, добавить 10 г взбитых сливок.

Флип "Какао". Смешать в миксере в течение 1 мин 1 желток, 30 г сиропа какао, 120 г молока.

Лимонный. Смешать в миксере в течение 1 мин 1 желток, 30 г лимонного сиропа, 100 г молока, 10 г взбитых сливок.

Малиновый. Смешать в миксере в течение 1 мин 1 желток, 30 г малинового сиропа, 120 г цельного молока.

Апельсиновый. Смешать в миксере в течение 1 мин 1 желток, 30 г апельсинового сиропа, 100 г молока, 10 г взбитых сливок.

Черничный. Смешать в миксере в течение 1 мин 1 желток, 50 г черничного сока, 100 г молока, 10 г взбитых сливок.

Ананасный. Смешать в миксере в течение 1 мин J желток, 30 г ананасного сока, 20 г черничного сока, '20 г лимонного морса.

Абрикосовый. Смешать в миксере в течение 1 мин Желток, 20 г ванильного сиропа, 50 г абрикосового сока, 100 г молока, 10 г взбитых сливок.

Клубничный. Смешать в миксере в течение 1 мин 1 желток, 10 г лимонного сиропа, 40 г клубничного сиропа, 100 г молока, 10 г взбитых сливок.

Флип "Люкс". Смешать в миксере в течение 1 мин 1 желток, 10 г апельсинового сиропа, 40 г шоколадного сиропа, 100 г молока, 10 г взбитых сливок.

Флип "Баттерфляй". Смешать в миксере в течение 1 мин 1 желток, 10 г лимонного сиропа, 20 г персикового сока, 120 г лимонного морса.

Карамельный. Смешать в миксере в течение 1 мин 1 желток,

40 г карамельного сиропа, 120 г молока, 10 г взбитых сливок.

Медовый. Смешать в миксере в течение 1 мин 1 желток, 50 г натурального меда, 120 г молока, 10 г взбитых сливок.

Ванильный. Смешать в миксере в течение 1 мин 1 желток, 30 г ванильного сиропа, 120 г молока, 10 г взбитых сливок.

Марципановый. Смешать в миксере в течение 1 мин 1 желток, 30 г марципанов, 30 г шоколадного сиропа, 100 г молока.

Томатный. Смешать в миксере в течение 1 мин 1 желток, 1 помидор, 50 г молока, соль и перец (по вкусу).

Банановый. Смешать в миксере в течение 1 мин 1 желток, 1 целый банан, 100 г молока, 30 г сахарного сиропа.

Флип "Москва". Смешать в миксере в течение 1 мин 1 желток, 20 г сахарного сиропа, 50 г грейпфрутового сока и 100 г черничного сока.

Ореховый. Смешать в миксере в течение 1 мин 1 желток, 40 г орехового сиропа, 120 г молока, 10 г взбитых сливок.

Флип "Айс-крим". Смешать в миксере в течение 1 мин 1 желток, 20 г сахарного сиропа, 50 г мороженого, 100 г молока.

Флип "Сократ". Смешать в миксере в течение 1 мин 1 желток, 10 г лимонного сиропа, 30 г клубничного сиропа, 100 г смородинового сока.

Флип с сыром (1-й вариант). Смешать в миксере в течение 1 мин 50 г тертого сыра (костромской, голландский, швейцарский или минский), 50 г томатного сока, 1 яйцо. Добавить соль и перец по вкусу.

Флип с сыром (2-й вариант). Смешать в миксере в течение 1 мин 50 г тертого сыра, 50 г молока, 1 яичный желток, 1 чайную ложку шашлычного соуса или кетчупа. Добавить соль и перец по вкусу,

Вишневый. Смешать в миксере в течение 1 мин 2 чайные ложки вишневого сиропа промышленного изготовления, 50 г сливочного мороженого, 1 яичный желток, $^1/_2$ стакана холодного пастеризованного молока.

Персиковый. Смешать в миксере в течение 1 мин 2 столовые ложки персикового сока, 2 чайные ложки лимонного сиропа промышленного изготовления, 1 яичный желток, $^1/_2$ стакана лимонного морса.

Морковный. Смешать в миксере в течение 1 мин $^1/_4$ стакана морковного сока, 1 желток, $^1/_2$ стакана холодного пастеризованного молока, 10 г взбитых сливок.

Брусничный. Смешать в миксере в течение 1 мин 2 столовые ложки брусничного сока, 50 г сливочного мороженого, 1 яичный желток, $^1/_2$ стакана холодного пастеризованного молока.

Калиновый. Смешать в миксере в течение 2 мин 1 столовую

ложку калинового сока, 1 столовую ложку натурального меда, 1 яичный желток, $^1/_2$ стакана холодного пастеризованного молока, 10 г взбитых сливок.

Коблеры

Коблеры отличаются от других прохладительных напитков обилием и разнообразием фруктов и ягод, составляющих их основу. Для их приготовления не нужны ни шейкер, ни миксер. Коблеры готовятся следующим образом: бокал нужно наполнить наполовину или на $^2/_3$ мелко толченым льдом, добавить необходимые компоненты и гарнировать фруктами - свежими или консервированными. Коблеры подают с соломинкой и ложечкой. Из консервированных фруктов можно использовать ананасы, черешню, вишню, виноград, персики, абрикосы; из свежих - груши; бананы, апельсины, яблоки и сливу ренклод. Предлагаемые рецепты рассчитаны на 1 порцию.

Клубничный коблер. 50 г клубничного сока и 20 г лимонного сиропа слегка взболтать с ванильным сиропом (10 г), перелить в украшенный фруктами наполненный льдом бокал, сверху гарнировать ягодами и взбитыми сливками.

Коблер "Пражский". В бокал, на $^2/_3$ наполненный мелкими кусочками льда, влить 40 г малинового и 20 г лимонного сиропа, долить яблочным морсом и гарнировать 50 г фруктов и ломтиком лимона. Подавать с соломинкой.

Коблер "Карловарский". В бокал, на $^2/_3$ наполненный мелкими кусочками льда, влить 20 г лимонного сиропа, 10 г апельсинового сиропа. Долить яблочным морсом, прибавить 50 г фруктов, ломтик лимона. Подавать с соломинкой.

Ананасный. В бокал, на $^2/_3$ наполненный мелкими кусочками льда, влить 20 г ананасного сока и 10 г лимонного сиропа. Долить смородиновым соком. Положить ломтик лимона.

Кофейный. В бокал, наполненный на $^2/_3$ кусочками льда, влить 20 г кофейного и 10 г малинового сиропов. Долить несладким крепким чаем, прибавить 10 г взбитых сливок.

Коблер "Крым". В бокал, на $^2/_3$ наполненный кусочками льда, влить 20 г сливочного сока и 10 г лимонного сиропа. Долить фруктовым соком, добавить 50 г фруктов и ломтик лимона.

Шоколадный. В бокал, на $^2/_3$ наполненный кусочками льда, влить 20 г шоколадного сиропа и 10 г клубничного сока. Долить крепким чаем, добавить 10 г взбитых сливок.

Коблер "Какао". В бокал, на $^2/_3$ наполненный кусочками льда, влить 20 г сиропа какао и 10 г малинового сиропа. Долить крепким чаем, добавить 10 г взбитых сливок.

Яичный. В бокал, на $^2/_3$ наполненный кусочками льда, влить 1 яйцо, 20 г молока, 20 г клубничного сока, 10 г апельсинового

сиропа. Долить смородиновым морсом.

Коблер "Алая звездочка". В бокал, на $^2/_3$ наполненный кусочками льда, положить 50 г мороженого, влить 30 г малинового сиропа, добавить 50 г фруктов. Долить вишневым морсом.

Коблер "Китайский". В бокал, на $^2/_3$ наполненный кусочками льда, положить 50 г мороженого, 20 г орехового сиропа, влить 30 г крепкого чая, 50 г консервированного виноградного компота, 10 г взбитых сливок. Сверху положить кусочек вафли.

Коблер "Русский". В бокал, на $^2/_3$ наполненный кусочками льда, влить 70 г березового сока, 20 г лимонного сока, 10 г малинового сиропа, добавить 50 г вишни из консервированного компота.

Яблочный. В бокал, на $^2/_3$ наполненный кусочками льда, влить 80 г яблочного и 10 г лимонного сока, 10 г вишневого сиропа, добавить 50 г вишни, сливы и ломтиков тонко нарезанных яблок из консервированного компота.

Коблер "Сантьяго". 100 г консервированного компота $^2/_3$ ананасов вместе с ломтиками ананаса смешать с мелко измельченным льдом. Сверху положить 50 г взбитых сливок 35%-ной жирности.

Физы

Взбив в миксере или смешав в шейкере ягодные или фруктовые соки и добавив белок яйца, можно получить физ. Название этого напитка происходит от английского слова "fizz" и означает "шипучий", "игристый". Он действительно сильно пенится, поскольку в него добавляют газированную воду. Физ готовится следующим образом: в шейкер нужно положить два кубика льда и влить подготовленную по рецепту смесь. Содержимое взбалтывать в течение двух минут, пока смесь не вспенится, затем через ситечко процедить в бокалы или стаканы, добавить газированную воду и подать с соломинкой. Физы подают сильно охлажденными. Предлагаемые рецепты рассчитаны на 1 порцию.

Ананасный физ. Сок 1 лимона, 50 г ананасного сока, 1 белок и 2 кубика льда хорошо смешать в шейкере в течение 2 мин. Процедить в бокал и долить газированной водой.

Лимонный. Сок 1 лимона, 30 г лимонного сиропа, 1 белок и 2 кубика льда смешать в шейкере в течение 2 мин. Процедить в бокал и долить газированной водой.

Апельсиновый. Сок 1 апельсина, 30 г апельсинового сиропа, 1 белок, 2 кубика льда смешать в шейкере в течение 2 мин. Процедить в бокал и добавить газированной воды.

Малиновый. Сок 1 лимона, 30 г малинового сиропа, 1 белок и 2 кубика льда смешать в шейкере в течение 2 мин. Процедить в бокал и долить газированной водой.

Молочный. Сок 1 лимона, 30 г ванильного сиропа и 2 кубика льда смешать в шейкере в течение 2 мин. Долить холодным молоком, хорошо взболтать.

Персиковый. Сок 1 лимона, 40 г персикового сока, 1 белок и 2 кубика льда смешать в шейкере в течение 2 мин. Долить газированной водой.

Абрикосовый. Сок $^1/_2$ лимона, 40 г абрикосового сока, 1 белок и 2 кубика льда смешать в шейкере в течение 2 мин. Долить газированной водой.

Томатный. Сок 1 лимона, щепотку соли, 100 г томатного сока, 1 белок и 2 кубика льда смешать в шейкере в течение 2 мин. Процедить в бокал и долить газированной водой.

Клубничный. Сок 1 лимона, 40 г клубничного сока, 1 белок и 2 кубика льда смешать в шейкере в течение 2 мин. Долить газированной водой.

Яичный. Сок 1 лимона, 50 г ванильного сиропа, 1 яйцо и 2 кубика льда смешать в шейкере в течение 2 мин. Долить

газированной водой.

Шоколадный. Сок $^1/_2$ апельсина, 40 г шоколадного сиропа, 1 белок и 2 кубика льда смешать в шейкере в течение 2 мин. Долить молоком.

Морковный. Сок 1 лимона, 40 г морковного сока, 1 белок и 2 кубика льда смешать в шейкере в течение 2 мин. Долить газированной водой.

Цитрусовый. Смешать в шейкере 20 г лимонного сока, 20 г апельсинового сока, 30 г клубничного сиропа, $^1/_2$ яичного белка в течение 2 мин. Долить 80 г содовой или минеральной воды.

"**Калифорнийский" физ.** Смешать в шейкере 50 г апельсинового сока, 10 г лимонного сока, 20 г вишневого сиропа в течение 2 мин. Долить 70 г содовой или минеральной воды.

Смородиновый. Смешать в шейкере 50 г смородинового сока, 30 г сахарного сиропа, $^1/_2$ яичного белка в течение 2 мин. Добавить 70 г содовой или минеральной воды.

Кизиловый. Смешать в шейкере 1 белок, $^1/_4$ стакана кизилового сока, 2 кубика льда в течение 2 мин так, чтобы смесь хорошо вспенилась. Затем процедить в бокал или стакан и влить газированную воду.

Джулепы

Незаменимой составной частью джулепов является мята. Приготовляются они следующим образом: в граненом стакане в небольшом количестве воды растворить 2 чайные ложки сахара, положить 3 веточки свежей мяты, размять ее ложечкой и удалить. Стакан сначала наполнить на $^4/_5$ мелко толченым льдом и добавить все остальное, согласно рецепту. Сверху положить свежие или консервированные фрукты. Предлагаемые рецепты рассчитаны на 1 порцию.

Клубничный джулеп. В небольшом количестве воды растворить 2 столовые ложки сахара, прибавить 3 веточки мяты, размять ее ложечкой и удалить. Стакан наполнить на $^4/_5$ толченым льдом, влить 40 г клубничного сока, 20 г лимонного сока, 10 г ванильного сиропа. Гарнировать ягодами клубники и взбитыми сливками.

Таким же способом приготовляют малиновый джулеп, соответственно используют ягоды и сок малины.

Томатный. Способ приготовления такой же, как и в предыдущем рецепте. Готовят из 40 г томатного сока, 30 г яблочного сока, 20 г лимонного сиропа и консервированных фруктов (яблоки и черешня).

Смородиновый. Способ приготовления такой же, как клубничного джулепа. Готовят из 40 г смородинового сока, 20 г лимонного сока, 10 г сахарного сиропа, льда. Гарнируют ягодами смородины.

Молочный. Способ приготовления такой же, как клубничного джулепа. Готовят из 30 г ванильного сиропа и 50 г молока. Гарнируют взбитыми сливками.

Абрикосовый. Способ приготовления такой же, как и клубничного джулепа. Готовят из 40 г абрикосового сока и 20 г лимонного сока. Гарнируют персиковым компотом.

Творожный. В стакан положить 2 побега мяты и 2 чайные ложки сахарного песка. Мяту тщательно растереть ложкой. В шейкере взбить 90 г молока, 40 г творога и 1 яичный желток и перелить все это в стакан с подготовленной мятой. Напиток подают без льда, украшают веточкой мяты.

Джулеп "Виру". Готовится так же, как творожный джулеп. 80 г кефира, 40 г творога, 2 чайные ложки сахарного песка, 3 побега свежей мяты.

Джулеп "Альпийский". Два побега мяты растереть на дне стакана с сахарным сиропом. Затем мяту удалить и заполнить стакан на $^1/_2$ измельченным льдом. Добавить 50 г мороженого, 20

г лимонного сока и тщательно перемешать. Подавать с чайной ложкой, украсив веточкой мяты.

Джулеп "Старорусский". Готовится так же, как клубничный джулеп. 3 побега свежей мяты, 2 чайные ложки сахарного песка, 40 г березового сока, 10 г лимонного сока, 20 г меда.

Джулеп "Снежный". 40 г мороженого и 30 г молока предварительно взбить в шейкере. Далее напиток готовить так же, как клубничный джулеп.

Кизиловый. В граненый стакан налить 2 столовые ложки воды и растворить в ней 2 чайные ложки сахарного песка. Затем положить 3 веточки мяты, тщательно размять их ложечкой, после чего удалить. Наполнить стакан на $^4/_5$ объема толченым пищевым льдом, влить 2 столовые ложки кизилового, по 1 столовой ложке яблочного сока и лимонного сиропа. Сверху джулепа положить 50 г консервированных фруктов ассорти.

Напитки эг-ног

Так называют молочно-фруктовые напитки с добавлением яйца или яичного желтка и молока. Яйцо смягчает вкус сока и обогащает напиток белками и минеральными веществами. Если в напиток кладут целое яйцо, его надо тщательно взбить до образования пены, чтобы в напитке не оказалось скользких кусочков белка. Эг-ног желательно готовить при помощи шейкера или смесителя. В напитке, смешанном ложкой, сок быстро отделяется от яйца. Эг-ног готовят холодным и горячим. Напиток подают со льдом, пьют через соломинку.

Молочный эг-ног. Смешать в миксере яйцо, 30 г сахарного сиропа, 100 г молока. Сверху посыпать щепоткой измельченного на терке мускатного ореха.

Медовый. Смешать в миксере яйцо, 20 г меда, 100 г молока.

Горячий медовый. Смешать яичный желток и 40 г меда. Добавить 90 г горячего молока.

Яблочный. Деревянной ложкой растереть яйцо или 2 яичных желтка с 1-2 столовыми ложками сахарного песка или меда добела, добавить 2-3 стакана яблочного сока, тщательно взбить, подавать сразу.

Лимонный. Деревянной ложкой растереть яйцо с сахаром или медом добела, добавить лимонный сок, немного тертой цедры и воду. Тщательно взбить, процедить через мелкое сито, подавать сразу.

1 яйцо или 2 яичных желтка, 1-2 столовые ложки сахарного песка или меда, 1 лимон, 2 стакана горячей воды.

Малиновый. В миксер или шейкер положить толченый лед и мороженое, разбить туда яйцо, влить малиновый сироп и холодное молоко и смешать в течение 1 мин. Напиток процедить в стакан или бокал и сразу же подать.

1 столовая ложка малинового сиропа промышленного изготовления, 50 г мороженого, 1 яйцо, 1 столовая ложка толченого льда, $^1/_2$ стакана холодного пастеризованного молока.

Персиковый. В миксер или шейкер разбить яйцо, влить сахарный сироп, персиковый сок, холодное молоко и смешать в течение 1 мин.

2 столовые ложки персикового сока, 1 столовая ложка сахарного сиропа, 1 яйцо, $^1/_2$ стакана холодного пастеризованного молока.

Вишневый. В миксер или шейкер разбить яйцо, влить сахарный сироп, вишневый сок с мякотью и смешать в течение 1 мин.

20 г сахарного сиропа, 110 г вишневого сока, 1 яйцо.

Абрикосовый. В миксер или шейкер влить ванильный сироп, абрикосовый сок, молоко, яичный желток и смешать в течение 1 мин.

10 г ванильного сиропа, 50 г абрикосового сока, 70 г молока, 1 яичный желток.

Ананасный. Положить в миксер или шейкер измельченный ломтик ананаса, разбить туда яйцо, влить сахарный сироп и холодное молоко и смешать в течение 1 мин.

1 ломтик ананаса, 1 столовая ложка сахарного сиропа, 1 яйцо, $^1/_4$ стакана холодного пастеризованного молока.

Эг-ног "Ассорти". Тщательно взбить в миксере яичный желток с медом. Затем, не переставая взбивать, добавить грецкие орехи, апельсиновый и яблочный соки.

10 г меда, 60 г апельсинового сока, 60 г яблочного сока, 1 яичный желток, 1 столовая ложка толченых грецких орехов.

Чайный. Деревянной ложкой растереть яйцо с медом или сахаром до образования пены, добавить крепкий чай и сок. Тщательно взбить, подавать сразу. В стакан положить ломтик лимона.

1 яйцо или 2 яичных желтка, 2 столовые ложки сахару или меда, 1 стакан крепкого чая, 1 стакан яблочного сока, ломтик лимона.

Эг-ног "Гавайский". В шейкере или миксере одновременно смешать яичный желток, апельсиновый (лимонный) сок, ананасный сок или компот, сметану.

1 яичный желток, 30 г апельсинового или лимонного сока, 60 г ананасного сока или компота, 20 г сметаны.

Фруктовый. Размешать компоненты, кроме желтков и сахара, в смесителе. Желтки растереть с сахаром, прибавить поочередно соки, быстро размешивая. Охладить и разлить в стаканы.

2 стакана натурального фруктового (из разных фруктов) напитка, $1^1/_2$ стакана черносмородинового пюре, 2 желтка, сахар по вкусу.

Крюшоны

Крюшоны представляют собой охлажденные напитки из смеси фруктово-ягодных морсов и соков. Приготовление некоторых видов крюшонов требует внимания, поэтому надо особенно тщательно придерживаться рецептуры.

Ананасный крюшон. Положить в крюшонницу 10-12 круглых долей ананаса, нарезав их на мелкие кусочки (2 Х 2 см), и налить по 300 г ананасного сока и лимонного морса, закрыть крышкой и поставить на холод на 4 ч. Перед подачей на стол влить еще 3 л лимонного морса, 1 бутылку минеральной воды и тщательно размешать. В каждый стакан вложить мелко нарезанные кусочки ананаса.

Клубничный. Положить в крюшонницу 1 кг чистой цельной клубники, прибавить 50 г сахарного песка, влить 3 стакана клубничного морса и оставить на 3 ч. Потом долить 3 л клубничного морса и 1 бутылку малиновой газированной воды. Тщательно перемешать и подавать на стол. В каждый стакан положить по 3-4 свежие ягоды клубники.

Персиковый. Положить в крюшонницу 10 свежих персиков, очищенных от кожуры и косточек и разрезанных на половинки. Прибавить 50 г сахара и влить 3 стакана персикового сока. Хорошо закрыть и оставить на 2 ч. Потом влить 3 л смородинового морса и 1 бутылку минеральной воды, тщательно перемешать и подавать на стол. Персики нарезать тонкими ломтиками и вложить их в каждый стакан.

Лимонный. Положить в крюшонницу 300 г консервированных фруктов ассорти (персики, абрикосы, вишню, апельсины, груши и т. д.) и засыпать одним стаканом сахарного песка. С одного лимона снять цедру и натереть ее на терке, а из лимона выжать сок. Все это добавить в крюшонницу и оставить на 1 ч. Перед подачей на стол в крюшонницу влить 1 л холодного пастеризованного молока. Подавать напиток сильно охлажденным.

Ассорти. Положить в крюшонницу 300 г компота ассорти, 250 г сахарного песка и оставить на 15 минут. Потом влить 20 г лимонного сиропа и 2 бутылки смородинового морса, прибавить немного газированной воды или нарзана. В каждый стакан положить по 4-5 кусочков разных консервированных фруктов.

Крюшон "Арбуз". Вымыть арбуз средних размеров, срезать крышку (примерно $^1/_3$ его). Из большей части арбуза удалить мякоть. Очистить ее от косточек и нарезать мелкими кубиками. В арбуз положить лед, влить 200 г вишневого сиропа и 500 г

апельсинового сока. Туда же положить часть кубиков из мякоти арбуза, накрыть крышкой и поставить в холодильник. Через 1 - 2 ч добавить в арбуз 1 литр содовой или минеральной воды. Хорошо перемешать, накрыть крышкой и подать к столу.

Лимонады

Лимонад - освежающий прохладительный напиток, который готовится из фруктовых сиропов или соков, сахара, газированной воды и фруктов. При приготовлении лимонада следует меньше класть сахару, поскольку слишком сладкий лимонад не утоляет жажду. Для приготовления газированной воды используют сифоны. Перед подачей на стол лимонад следует хорошо охладить.

Ягодный лимонад. Промытые ягоды измельчить острым ножом, смешать с сахаром и лимонным соком, держать 1-2 ч в холодном месте, затем добавить газированную воду. Разлить вместе с измельченными ягодами в стаканы, добавить кусочки льда.

1 кг спелых ягод, $^1/_2$ стакана сахару, $^1/_2$ лимона, $^1/_2$ л газированной воды, лед.

Лимонад из сиропа и сока. Налить сироп в стакан или в кувшин, добавить холодную газированную воду, перемешать, положить кусочки льда.

$^1/_3$ стакана (или 1 стакан) ягодного или фруктового сиропа или сока с сахаром, 1 л газированной воды.

Лимонад из клюквы. Клюкву размять деревянной ложкой, сок процедить через марлю или отжать через соковыжималку, добавить сахар и газированную воду. Для вкуса можно положить кусочки свежей лимонной цедры или отжать из нее в напиток немного сока.

$^3/_4$ стакана клюквы, $^1/_2$ стакана сахару, 1 л газированной воды, кусочки лимонной цедры.

Лимонад из ревеня. Очищенный ревень нарезать поперек волокон на тонкие кусочки, смешать с 2-3 столовыми ложками сахару и держать 1-1 $^1/_2$ ч в прохладном месте. К 1 столовой ложке сахару добавить немного воды, подрумянить на сухой сковородке, растворить в кипятке, смешать с ревенем, остудить и процедить. Добавить газированную воду и приправы. В стакан положить кусочки льда.

200 г ревеня, 3-4 столовые ложки сахару, немного корицы, $^1/_2$ стакана кипятка, 1 л газированной воды, кусочки льда.

Лимонад из лимона. Отжать сок из половины лимона, вторую половину нарезать на тонкие ломтики, положить в кувшин или в стакан. Сок смешать с остывшим чайным экстрактом и газированной водой, добавить сахар. Вместо чайного экстракта можно для придания цвета добавить карамель, приготовленную из 1 столовой ложки сахару (см. предыдущий

рецепт).

1 лимон, 2-3 столовые ложки сахару, 1/2 стакана чайного экстракта, 4 1/2 стакана газированной воды, кусочки льда.

Лимонад "Оранжад". Компоненты хорошо размешать веничком, разлить в стаканчики, в каждый насыпать немного цедры и положить по кубику льда. Пить через соломинку.

300 г сахарного песка, лимонный сок из 1/2 лимона, апельсиновый сок из 2 апельсинов, 6 стаканов кипяченой воды, цедра 1 апельсина.

Лимонад "Оршад". Миндаль очистить от кожуры, мелко истолочь в ступке, разбавить кипятком и хорошо отжать через полотняную тряпочку. Еще раз протолочь, прибавляя постепенно 2 стакана холодной воды, снова отжать, всыпать сахар, хорошо смешать, разлить в стаканчики, положив в каждый по кубику льда. Пить через соломинку.

300 г миндаля (в том числе 50 г горького), 3 стакана кипятка, 2 стакана холодной воды, 200 г сахару.

Десертный арониевый. В стакан или высокий бокал налить арониевый и лимонный соки и сахарный сироп, перемешать, добавить газированную воду и положить 1 кубик льда. Напиток сразу же подавать.

1/4 стакана арониевого сока, 2 чайные ложки лимонного сока, 2 столовые ложки сахарного сиропа, 1/2 стакана газированной воды, 1 кубик льда.

Газированный. Для приготовления 1 порции требуется 100 г газированной воды, 50 г мороженого, 30-40 г сиропа. Вместо газированной воды можно использовать минеральную. В бокалы с напитком положить кусочки льда.

Ананасовый. В бокал влить 40 г лимонного сиропа и 80 г ананасного сока. Долить газированной водой и опустить кубики льда.

Лимонад "Французский". Размешать в шейкере 3 кубика льда, 1 яйцо, 30 г ванильного сиропа и 30 г лимонного сока в течение 2 мин. Смесь процедить в стакан и долить газированной водой. Подавать с соломинкой.

Яичный десертный лимонад. В шейкер положить 2 кубика льда, 1 желток, 50 г апельсинового сока, 25 г сахарной пудры, размешать в течение 2 мин, перелить в стакан и долить газированной водой.

Клубничный десертный. 50 г свежих зрелых ягод клубники хорошо очистить, разрезать и положить в стакан, добавить 30 г сахарного сиропа, лимонный сок из 1/2 лимона и немного газированной воды. Оставить на полчаса, потом долить газированной воды. В каждый стакан положить по кубику льда и

сразу же подавать на стол.

Шербеты

Под названием шербет имеется в виду напиток, который содержит мороженое и охлажденный густой сироп из фруктов и ягод, а также сок, морс или молоко. Этот прохладительный напиток очень питателен. Особенно он полезен детям. Готовый шербет не следует размешивать. Подавать с ложечкой. Предлагаемые рецепты рассчитаны на 1 порцию.

Яблочный шербет. В стакан (или бокал) положить мороженое, а затем влить смешанные в миксере яблочный и вишневый соки.

$^1/_2$ стакана яблочного сока, 50 г фруктового мороженого, $^1/_4$ стакана вишневого сока.

Малиновый. В стакан (или бокал) положить клубничное мороженое, а затем влить смешанные в миксере малиновый сироп и холодное молоко.

1 столовая ложка малинового сиропа промышленного изготовления, 50 г клубничного мороженого, $^1/_2$ стакана холодного пастеризованного молока.

Клубничный. В стакан (или бокал) положить клубничное мороженое, а затем влить смешанные в миксере клубничный сироп и черничный морс.

2 столовые ложки клубничного сиропа промышленного изготовления, 50 г клубничного мороженого, $^1/_2$ стакана черничного морса.

Шербет "Пражский". В стакан (или бокал) положить мороженое, а затем влить смешанные в миксере персиковый и какой-либо другой ягодный сок.

1 столовая ложка персикового сока, 50 г клубничного мороженого, $^1/_4$ стакана любого ягодного сока.

Апельсиновый. В стакан (или бокал) положить мороженое, а затем влить смешанные в миксере апельсиновый сироп и яблочный морс.

1 столовая ложка апельсинового сиропа промышленного изготовления, 50 г сливочного мороженого, $^1/_2$ стакана яблочного морса.

Ананасный. В стакан (или бокал) положить фруктовое мороженое, а затем влить смешанные в миксере ананасный сок и лимонный морс.

$^1/_4$ стакана ананасного сока, 50 г фруктового мороженого, $^1/_2$ стакана лимонного морса.

Шербет "Гавайский". В стакан (или бокал) положить мороженое, затем влить взбитые в миксере ананасный сок,

яичный желток, лимонный сироп и холодное молоко.

2 столовые ложки ананасного сока, 50 г клубничного мороженого, 1 яичный желток, 2 чайные ложки лимонного сиропа промышленного изготовления, $^1/_2$ стакана холодного пастеризованного молока.

Ревеневый. В миксер положить желток куриного яйцо, влить ревеневый сок, лимонный сироп, холодное молоко и хорошо взбить. В стакан (или бокал) положить мороженое и вылить взбитую смесь.

2 столовые ложки ревеневого сока, 50 г фруктового мороженого, 1 яичный желток, 2 чайные ложки лимонного сиропа промышленного изготовления, $^1/_2$ стакана холодного пастеризованного молока.

Ореховый. В стакан (или бокал) положить фруктовое мороженое, влить ореховый сироп и апельсиновый сок.

2 столовые ложки орехового сиропа, 50 г фруктового мороженого, $^1/_2$ стакана апельсинового сока.

Рябиновый. В стакан (или бокал) положить мороженое, а затем влить смешанные в миксере рябиновый и яблочный соки.

$2^1/_4$ столовые ложки рябинового сока, 50 г фруктового мороженого, $^1/_2$ стакана яблочного сока.

Кофейный. В стакан положить мороженое, а затем влить смешанные в миксере кофейный сироп и холодное молоко.

1 столовая ложка кофейного сиропа, 50 г сливочного мороженого, $^1/_2$ стакана молока.

Шоколадный. В стакан (или бокал) положить мороженое, а затем добавить взбитые в миксере желток, ванильный сироп и сваренный шоколад. Сверху положить сливки и одну вишню.

1 порция кофейного мороженого, 1 взбитый желток, 1 столовая ложка ванильного сиропа, 125 г сваренного шоколада.

Шербет "Какао". В стакан (или бокал) положить мороженое, а затем влить сироп какао. Сверху можно положить замороженную клубнику и взбитые сливки.

2 столовые ложки сиропа какао, 50 г сливочного мороженого, 50 г замороженной клубники, 20 г взбитых сливок.

Сливочный. В стакан (или бокал) положить сливочное Мороженое, а затем влить малиновый сироп. Сверху Можно положить консервированные фрукты и взбитые сливки.

2 столовые ложки малинового сиропа, 50 г сливочного мороженого, 50 г консервированных фруктов, 20 г взбитых сливок.

Карамельный. В стакан (или бокал) положить сливочное мороженое, а затем влить карамельный сироп. Сверху можно положить засахаренную грушу.

2 столовые ложки карамельного сиропа, 50 г сливочного мороженого.

Шербет из граната[7]**.** Зерна кислого граната отжать. В кипятке развести сахар, влить гранатовый сок, хорошо размешать, вскипятить. Шербет употребляется в охлажденном виде. Для аромата можно добавить ванилин. На 1 кг гранатов - 200 г сахару, ванилин по вкусу.

Шербет из клубники. Отжать сок зрелых ягод клубники, процедить через марлю, дать отстояться, затем добавить сахар, поставить варить на слабый огонь. Когда сахар растает, снять шербет с огня, охладить.

На 1 кг клубники - 150 г сахару.

Шербет из лепестков роз. Лепестки роз промыть, положить в эмалированную кастрюлю, залить водой, плотно закрыть крышкой, поставить на огонь. Как только закипит вода, снять с огня и, не открывая крышку кастрюли, охладить. Затем процедить через марлю и добавить сахар, еще раз поставить на огонь. Как только растает сахар, снять с огня, охладить под крышкой. В одной ложке шербета развести щепотку лимонной кислоты и добавить в шербет.

На 300 г лепестков роз - 200 г сахару, щепотка лимонной кислоты, 4 стакана воды.

Шербет из вишни. Вишню перебрать, отделить косточки, выжать сок, процедить, добавить растворенный сахар и подать к столу.

Квасы

Большой популярностью пользуется старинный русский напиток - квас. Пищевая промышленность вырабатывает несколько видов хлебного кваса. Готовят его из натурального сахара, ржаного и ячменного солода, ржаной муки или из специально приготовленных из солода квасных хлебцев и из сухарей. Пищевая ценность кваса обусловлена наличием белков, органических кислот и витаминов. Молочнокислые бактерии кваса благотворно влияют на процессы пищеварения.

Квас можно делать не только из хлеба. Многим понравятся приготовленные в домашних условиях яблочные, черносмородиновые, морковные и другие квасы с добавлением сахара и приправ - меда, лимонной цедры, сахарной карамели, гвоздики, корицы и т. д. Дрожжевые грибки, вызывающие брожение, лучше всего развиваются при температуре 20-30° С, поэтому напиток рекомендуется держать несколько дней в теплом месте. Готовый напиток вкуснее в холодном виде, так как некоторые виды бактерий брожения размножаются при низкой температуре и придают квасу особенно приятный вкус и запах. Готовый квас рекомендуется закупорить и держать на холоде. Бутыли с квасом открывают непосредственно перед употреблением, при этом бутыль надо осторожно наклонить и ни в коем случае не трясти ее, иначе пенящаяся жидкость может выбросить пробку и разлиться,

Хлебный квас. Ржаной хлеб нарезать ломтиками, подсушить в духовом шкафу, слегка подрумянить. Сухари поломать на мелкие кусочки, залить в эмалированной посуде кипятком и оставить на 3-4 ч. Жидкости должно быть полное ведро. Когда она остынет (жидкость должна быть прозрачной, с коричневым оттенком), процедить, положить сахар и добавить растертые с сахаром Дрожжи. Посуду прикрыть и оставить на 12 ч. Настой разлить в бутылки, положив в каждую по 2-3 ягодки изюма. Бутылки плотно закупорить. Первые сутки держать квас в теплом месте, а затем поставить в холодное. Самый вкусный квас получается через 4 дня. Наливать следует осторожно, так как из-за большого количества пены квас переливается через края стакана.

1 $^1/_2$ кг ржаного хлеба, 800 г сахару, 20-30 г дрожжей, 30 г изюма, 10 л воды.

Квас из свежих яблок (1-й вариант). Яблоки нарезать вместе с кожурой на кусочки, сварить, воду слить, добавить в нее сахар или мед и дрожжи, растертые с небольшим количеством

сахара; по вкусу добавить приправы или рябиновый сок. Подержать смесь в теплом месте до появления пены (1-2 дня). Готовый напиток перелить в бутылку или закупоренную посуду и добавить изюм. Хранить в холодном месте. Подавать к столу с кусочками льда.

1-1 1/2 кг свежих яблок, 5 л воды, 2-2 1/2 стакана сахару или 2 1/2-3 стакана меда, кусочек корицы, лимонной или апельсиновой цедры или 1/2-1 стакан рябинового сока, изюм, 10-15 г дрожжей.

Из свежих яблок (2-й вариант). В большую стеклянную или керамическую посуду положить вымытые неочищенные яблоки, мелко изрубленные или нарезанные тонкими ломтиками, добавить вымытый изюм и сахар. Залить кипяченой теплой водой. К охлажденному квасу прибавить растертые с сахаром дрожжи и, разлив в бутылки, плотно закупорить. При комнатной температуре через 3-4 дня квас будет готов.

1/2 кг сладких яблок, 100 г изюма, 700-800 г сахару, 20-30 г дрожжей, 10 л воды.

Из сушеных яблок. Яблочную кожуру или яблоки слегка подрумянить в духовке и положить в эмалированную посуду. Залить кипятком, накрыть крышкой, остудить. Воду слить, добавить в нее сахар, охладить до 25-30° С. Дрожжи растереть с небольшим количеством сахара, смешать с яблочным отваром, держать в открытой посуде до появления пены. Налить напиток в бутылки или закупориваемую посуду, закрыть, хранить в холодном месте. Подавать холодным.

650-800 г сушеных яблок или яблочной кожуры, 5 л кипятка, 2-2 1/2 стакана сахару, 10-15 г дрожжей, лимонная кислота.

Из черной смородины. Смородину вымыть, протереть через сито и полученный сок процедить. В холодной воде растворить сахар, влить полученный ранее сок, добавить растворенные в теплой воде дрожжи и оставить на ночь в посуде с закрытой крышкой. На следующий день содержимое посуды перелить в предварительно ошпаренные бутылки, вкладывая в каждую по нескольку изюминок. Бутылки закупорить прокипяченными пробками. Чтобы пробку не выбило, ее можно укрепить (например, привязав к горлышку бечевкой). Бутылки поставить в холодное место. На следующий день квас готов к употреблению. Его можно хранить в холодильнике несколько дней.

На 3-3 1/2 л напитка - 1 кг черной смородины, 1-1 1/2 стакана сахарного песка, 2 столовые ложки изюма, 2 1/2 л воды, 10 г дрожжей.

Из свежих ягод. Вымытые ягоды слегка раздавить, залить кипятком. Через 12 часов процедить, добавить сахар, лимонную

кислоту и дрожжи, растертые с сахаром. Все тщательно размешать. Посуду прикрыть чистой салфеткой и оставить в теплом месте на 12 часов. Затем разлить квас в бутылки и тщательно закупорить. Квас готов к употреблению на второй-третий день. Этот квас можно считать витаминизированным напитком, так как в кем содержится витамин С.

1 кг ароматных свежих ягод (клубника, малина, земляника), 700-800 г сахару, лимонная кислота по вкусу, 20-30 г дрожжей, 10 л воды.

Из фруктовых соков. В кипяченую воду добавить сахар и сок. Жидкость охладить. Дрожжи растереть с сахаром и размешать с квасом. Поставить в теплое место на 10-15 часов, а затем разлить в бутылки и плотно закупорить. Через три дня квас будет готов.

$^1/_2$ л фруктового сока, 500-700 г сахару (в зависимости от сахаристости сока), лимонная кислота по вкусу, 20-30 г дрожжей, 10 л воды.

Морковный квас. Морковь вымыть, очистить, натереть на терке и залить теплой кипяченой водой. Затем добавить сахарный песок, по вкусу лимонную кислоту, гвоздику, корицу, растертые с сахаром дрожжи, ломтик хлеба, размешать и поставить в теплое место на ночь. Утром квас процедить через марлю, разлить в бутылки и оставить при комнатной температуре. Квас готов на следующий день.

На 5 л напитка - 2 кг моркови, $^1/_2$ кг сахарного песка, 50 г Дрожжей, 1 ломтик черного хлеба, 4 л теплой кипяченой воды, лимонная кислота, корица и гвоздика по вкусу.

Ревекевый. Ревень нарезать тонкими ломтиками поперек волокон, залить водой, проварить вместе с приправами. Воду отцедить, добавить сахар и в теплую жидкость (20-30° С) положить дрожжи. Держать несколько дней в теплом месте. Перебродивший сок перелить в бутылки, добавив в каждую 5-6 изюминок. Хранить в холодном месте.

1 кг стеблей ревеня, 5 л воды, 4-5 штук гвоздики, кусочек корицы, 2-2$^1/_2$ стакана сахару, изюм, 15-20 г дрожжей.

Клюквенный. Клюкву вымыть, раздавить и залить теплой кипяченой водой. Жидкость охладить, положить сахар и дрожжи, растертые с сахаром, поставить в теплое место на 10 ч. Разлить в бутылки, положить в каждую по 2-3 ягодки изюма. Бутылки плотно закупорить и поместить в теплое место в горизонтальном положении. В этом квасе содержится витамин С.

1 кг клюквы, 1000-1200 г сахару, 20-30 г дрожжей, 30 г изюма, 10 л воды.

Свекольный. Свеклу вымыть, очистить, сполоснуть, нарезать

тонкими ломтиками или натереть на крупной терке и положить в чистую стеклянную посуду. Затем посыпать ее сахарным песком и солью, залить охлажденной кипяченой водой и положить хлебную корку. Посуду накрыть марлей или салфеткой и поставить в теплое место примерно на 5 суток. После этого квас процедить через марлю в чистые, предварительно прокипяченные бутылки.

На 3 л напитка - 1 кг сырой свеклы, $^1/_3$-$^1/_2$ стакана сахарного песка, $2^1/_2$ л охлажденной кипяченой воды, корка ржаного хлеба (100 г), щепотка соли.

Квас из вареной свеклы. Свеклу вымыть, сварить, очистить, натереть на крупной терке или нарезать на небольшие кусочки, положить в посуду, залить крутым кипятком и поставить на полчаса в теплое место (например, на край плиты). Затем содержимое посуды охладить, добавить сахарный песок и дрожжи или опустить черный хлеб, завязанный в чистую тряпочку или марлю и поставить для заквашивания в теплое место. Через 1-2 дня квас процедить, если добавлены дрожжи, или вынуть хлеб, если его опускали в квас. Хранить квас в прохладном месте.

На 10 л кваса - 3 кг свеклы, 1 стакан сахарного песка, 25 г дрожжей, или 100 г черного хлеба, 10 л воды.

Квас из лимона. Воду вскипятить, добавить нарезанные тонкими ломтиками лимоны или лимонный сок и тонкий желтый слой лимонной цедры. 1 стакан сахару слегка подрумянить на сковороде с небольшим количеством воды, добавить к соку. Смесь остудить до 25-30° С, добавить дрожжи, растертые с сахаром или медом, и оставшийся мед или сахар. Подержать несколько часов в теплом месте, пока сок не начнет сильно бродить. Затем поместить в прохладное место, добавить изюм и, не накрывая, держать 1-2 дня. Готовый напиток разлить в бутылки, добавить изюм, бутылки закрыть и держать на холоде.

3-4 лимона, 2-$2^1/_2$ стакана сахару или меда, 5 л воды, 15-20 г дрожжей, изюм.

Квас "Петровский". Мед растворить в хлебном квасе. Чтобы он лучше растворился, квас необходимо слегка подогреть. Затем настрогать в него мелкой стружкой предварительно очищенный и вымытый корень хрена. Квас хорошо закупорить и поставить на холод на 10-12 ч. По истечении этого срока процедить его через марлю. Квас подавать с кубиками льда.

1 л хлебного кваса, 25 г хрена, 2 чайные ложки натурального меда, 4-5 кубиков льда.

Карамельный. Приготовить карамель из 500 г сахара, развести ее кипятком и влить в кипяченую воду, добавить сахар и лимонную кислоту по вкусу. Жидкость охладить и смешать с дрожжами, растертыми с сахаром и соком. Все размешать и

разлить в бутылки. Плотно закупорить их. Через 2-3 дня квас готов.

1200 г сахару, лимонная кислота по вкусу, 20-30 г дрожжей, апельсиновый или ананасный сок, 10 л воды.

Квас из черемухи. Ягоды черемухи вымыть, размять, засыпать сахарным песком и перемешать деревянной ложкой. Затем влить теплую кипяченую воду, добавить ванильный сахар и по вкусу лимонную кислоту, снова перемешать и поставить в теплое место для брожения. Когда образуется пена, напиток процедить через марлю, разлить в бутылки и поставить в прохладное место для Дальнейшего сбраживания. Через 2-3 дня квас готов.

На 10 л кваса - $1^1/_2$ кг ягод черемухи, 1 кг сахарного песка, 10 л теплой кипяченой воды, 1 пакетик ванильного сахара, лимонная кислота по вкусу.

Тминный квас. Черный хлеб нарезать небольшими кусочками и высушить. Вскипятить воду, залить ею высушенный хлеб и оставить на 3-4 ч, после чего процедить. Затем добавить дрожжи, сахарный песок, тмин и, закрыв крышкой, поставить в теплое место. Через 2-3 дня квас процедить через два слоя марли. Готовый квас хранить в прохладном месте.

На 10 л кваса - 30-50 г тмина, 1 кг черного хлеба, 25 г дрожжей, $^1/_2$ стакана сахарного песка, 10 л воды.

Квас из плодов шиповника. Плоды шиповника вымыть, удалить косточки, мелко нарубить, а затем растереть с сахаром и залить водой. В теплую жидкость прибавить растертые с сахаром дрожжи и ломтик хлеба. Поставить в теплое место, при первых же признаках закисания процедить через марлю, разлить в бутылки, плотно закупорить, поставить в теплое место и через 24 ч перенести в холодное место. В этом квасе содержится витамин С. При желании в него можно добавить по вкусу лимонную кислоту.

1 кг плодов шиповника, 800-1000 г сахару, 20-30 г дрожжей, 1 ломтик ржаного хлеба, 10 л воды.

Мятный квас. Ржаные сухари хорошо подсушить и измельчить. Затем высыпать сухари или сухой хлебный квас в неокисляющуюся посуду, залить водой, размешать, накрыть крышкой или завязать плотной материей и поставить в теплое место на 1,5-2 ч для настаивания, периодически помешивая. Затем полученную жидкость слить, добавить разведенные в теплой воде дрожжи, сахарный песок и мяту и выдержать при комнатной температуре в течение 10-12 ч. После этого квас процедить через марлю и разлить в бутылки, добавив в каждую по 2-3 изюминки. Бутылки плотно закупорить, выдержать при комнатной температуре еще 2-3 ч, а затем поставить в

холодильник.

На 1 л кваса - 2-3 веточки мяты, 40-45 г ржаных сухарей или сухого хлебного кваса, $1^1/_2$ столовой ложки сахарного песка, 1 л воды, 5-10 г дрожжей, 1 чайная ложка изюма.

Грушевый. Груши вымыть, нарезать тонкими ломтиками, посыпать сахаром и слегка раздавить. Залить кипяченой теплой водой, добавить лимонную кислоту по вкусу и растертые с сахаром дрожжи. Поставить в теплое место. Когда появится на поверхности пена (через 12-14 ч), процедить через марлю и разлить в бутылки, положив в каждую по 2-3 ягодки изюма. Бутылки плотно закупорить, поставить в холодное место. Если груши ароматные, запах во время брожения усилится и будет ярко выраженным в квасе.

$1^1/_2$ кг груш, 600-800 г сахару, лимонная кислота по вкусу, 20-30 г дрожжей, 30 г изюма, 8-10 л воды.

Апельсиновый. Половину апельсинов очистить от корки. Все апельсины нарезать тонкими ломтиками, слегка раздавить с сахаром, залить кипяченой теплой водой, добавить отжатый из лимона сок или лимонную кислоту и растертые с сахаром дрожжи. Все размешать. Через 24 часа жидкость процедить через марлю, разлить в бутылки, плотно закупорить. Оставить на 24 ч при комнатной температуре, а затем перенести в холодное место.

500 г апельсинов, 1 лимон или лимонная кислота по вкусу, 700-800 г сахару, 20-30 г дрожжей, 8-10 л воды.

Напитки из молока и сливок

Для приготовления различных напитков в домашних условиях используют молоко - высокопитательный и легкоусвояемый продукт. В состав молока входят все необходимые организму пищевые вещества. Оно содержит белки, жиры, углеводы (молочный сахар, или лактоза) и минеральные соли. Помимо этого молоко, особенно летом, богато витаминами. В небольших количествах в нем представлены почти все известные витамины. Очень ценен минеральный состав молока (кальций, фосфор, железо и ряд других минеральных солей). Академик И. П. Павлов высоко оценивал молоко как продукт, приготовленный самой природой, отличающийся удобоваримостью и питательностью. Из молока и молочных продуктов можно приготовить множество разнообразных вкусных и питательных напитков. Очень полезен и кумыс, содержащий витамины B1 B2, B6, PP и C, легкоусвояемые белковые вещества и некоторые виды минеральных солей.

Для хранения молока его нужно вскипятить и добавить немного сахару (из расчета 1 чайная ложка на литр молока), дать остыть в той же посуде, тогда оно дольше не скиснет. При кипячении на поверхности молока образуется пенка. И тем, кто ее не любит, можно не допустить ее образования. Для этого молоко нужно помешивать при кипячении, а как только оно вскипит, быстр; остудить. Молоко при кипячении не убежит, если края посуды смазать сливочным маслом; перед тем как кипятить молоко, кастрюлю следует ополоснуть холодной водой, тогда молоко не пригорит. Молочную посуду еле дует мыть сначала в холодной, а потом в горячей воде

Молоко добавляют в кофе, чай. При этом его белки связывают дубильные вещества этих напитков и смягчают вяжущий вкус. Добавляя к молоку сливки, сахар, яйца, фрукты и овощи, можно приготовить множество разнообразных напитков, отличающихся высокими вкусовыми и питательными свойствами.

Сливки благодаря значительно большему содержанию жира, чем в молоке, хорошо сочетаются с другими компонентами смешанных напитков и придают им приятный вкус и запах.

Молочные напитки

Молоко со сливочным маслом. Для повышения калорийности молока в него добавляют сливочное масло по вкусу.

С яичным желтком. Яичный желток тщательно растереть с сахаром и, перемешивая, медленно влить горячее молоко или сливки. Такой напиток подают как горячим, так и холодным.

Молоко с содовой. Смешивают в высоком стакане для коктейлей.

100 г охлажденного молока, 50 г содовой воды.

С медом. Молоко с медом смешивают в миксере. Напиток подают и горячим, и холодным.

130 г молока, 20 г меда.

С вареньем. Молоко смешать с вареньем. Напиток можно подавать и горячим, и холодным.

130 г молока, 20 г варенья.

С малиновым сиропом. Готовится так же, как молоко с вареньем. Малиновый сироп можно заменить любым Другим сиропом.

120 г молока, 30 г малинового сиропа.

С морковью. Морковь промыть, натереть на терке и смешать в стакане с охлажденным молоком и щепоткой соли. Подавать с чайной ложечкой.

2 штуки моркови средних размеров, 150 г молока, соль.

Напиток "Старик Хоттабыч". Кефир смешивают с малиновым сиропом.

120 г охлажденного кефира, 30 г малинового сиропа, молотая корица (на кончике ножа).

Сливки с апельсиновым соком. Яичные желтки растереть с сахаром, добавить апельсиновый сок, долить пастеризованными сливками, размешать и разлить в бокалы. Пропорция произвольная.

С клубникой. Очищенную и хорошо промытую клубнику протереть через сито и растереть с сахаром так, чтобы сахар совершенно растворился. Разбавить сливками, хорошо размешать и до употребления держать в холодильнике.

250 г слизок, 250 г клубники, сахар.

Молоко с черносливом. Чернослив тщательно промыть в теплой воде, залить кипящим молоком и дать постоять 1 ч. Затем добавить сахарный песок, перемешать до полного растворения его и поставить в нежаркую духовку. Как только на поверхности образуется румяная пенка - вынуть. Подавать и в горячем, и в

холодном виде.

1 л молока, 100 г чернослива, 2 столовые ложки сахарного песка.

С черникой. Молоко вскипятить и сильно охладить. Ягоды вымыть, удалить плодоножки, положить ягоды в смеситель, прибавить молоко и сахарный песок. Включить смеситель на 20-30 с. Разлить напиток в стаканчики, в каждый положить по кусочку льда.

750 г черники, $2^1/_2$ стакана молока, 3 столовые ложки сахарного песка.

С малиной. Вскипяченное молоко сильно охладить. Малину вымыть, очистить от плодоножек и растереть в миске с сахарной пудрой. Размешать с молоком, взбивая веничком или в смесителе. Подавать в маленьких стаканчиках.

2 стакана молока, $2^1/_2$ стакана свежей зрелой малины, сахарная пудра по вкусу.

Земляника со сливками. Вымытую землянику растереть в миске деревянной ложкой, прибавляя постепенно сахар и сливки. Этот напиток подают в маленьких стаканчиках на десерт.

3 стакана земляники, 2 стакана 10%-ных сливок, 3-4 столовые ложки сахарного песка.

Напиток из молока и вишни. Молоко вскипятить и охладить. Вишню промыть, удалить косточки, отжать сок в соковыжималке или раздавить ягоды и протереть через сито. Сок размешать с холодным молоком, приправить сахаром по вкусу. Подавать в стаканчиках. Лучше всего готовить напиток в смесителе. Если протертую вишню приготовляют с молоком, следует быстро взбить веничком, медленно прибавляя к пюре молоко и следя за тем, чтобы напиток не свернулся.

3 стакана кипяченого молока, 600 г зрелой вишни, сахар по вкусу.

Из малины, сливок и молока. Молоко вскипятить, охладить, добавить сливки, сахар и вымытую малину. Размешать в смесителе или взбить веничком. Подавать в маленьких стаканчиках.

2 стакана малины, 1 стакан молока, 1 стакан сливок, 60 г сахарного песка.

Из молока и слив. Молоко вскипятить, охладить. Сливы вымыть, удалить косточки, отжать сок из плодов в соковыжималке или протереть сливы через сито. Сахарный песок растереть с корицей, добавить в охлажденное молоко и размешать веничком или в смесителе со сливовым соком. Охладить, разлить в маленькие стаканчики.

$2^1/_2$ стакана молока, 800 г слив, сахарный песок и корица по

вкусу.

Из молока и яблок. Мытые яблоки натереть вместе с кожурой, смешать с сахаром и добавить горячее или холодное молоко. Хорошо перемешать и взбить, добавить толченые поджаренные орехи.

4-5 крупных кислых яблок, 2-3 столовые ложки сахарного песка, 1 л молока, 1 столовая ложка толченых поджаренных орехов.

Из вишни со сливками. Вишню вымыть, дать воде стечь, очистить от косточек и протереть через сито. В Полученное пюре влить холодные сливки, добавить сахарную пудру, тщательно размешать и хорошо охладить. Напиток подавать с кубиками льда.

$2^1/_3$ стакана вишни, 2 стакана холодных сливок, $^3/_4$ стакана сахарной пудры, 4-8 кубиков льда.

Из абрикосов и молока. Абрикосы вымыть, очистить от косточек, залить холодной водой, поставить на огонь и варить, пока не станут мягкими. Затем снять с огня и протереть через сито. В полученную массу всыпать сахарный песок, перемешать и оставить на $^1/_2$-1 ч. Молоко вскипятить и охладить, после чего смешать со сливками, влить в протертые абрикосы, добавить мелко нарубленный лед, размешать и поставить в холодильник, Напиток подают сильно охлажденным с печеньем или бисквитами.

$^1/_2$ кг абрикосов, $^1/_4$ л молока, $^1/_4$ л 10%-ных сливок, $^1/_3$-$^1/_2$ стакана сахарного песка, $^1/_2$ л воды, 40-60 г льда.

Из персиков и молока. Персики вымыть, нарезать на кусочки, разложить в глубокие тарелки из расчета по два персика на порцию и посыпать сахарным песком. Тарелки прикрыть и оставить на 1-$1^1/_2$ ч. Затем растворить в молоке ванильный сахар, залить им персики из расчета 1 стакан молока на порцию. Подать с тонкими ломтиками ржаного хлеба.

8 персиков, 4 стакана молока, 2 столовые ложки сахарного песка, $^1/_2$ пакетика ванильного сахара, несколько ломтиков ржаного хлеба.

Напиток из айвы со сливками. Айву вымыть, очистить от кожицы и сердцевины, нарезать кусочками, положить в кастрюлю и залить водой так, чтобы она едва ее покрывала. Затем поставить на огонь и варить на слабом огне до мягкости. Сваренную айву протереть через сито. В горячее пюре добавить сахарный песок, несколько кристалликов лимонной кислоты, влить оставшуюся воду и перемешать. Подавать напиток в охлажденном виде, положив сверху взбитые сливки.

$^1/_2$ кг айвы, $^1/_2$ стакана сахарного песка, 1 л кипяченой воды,

несколько кристалликов лимонной кислоты, 50 г взбитых сливок.

Зеленое молоко. Укроп, листья петрушки и зеленый лук мелко изрубить, смешать с кефиром (простоквашей), заправить, хорошо взбить. Пить холодным.

1-2 столовые ложки рубленой зелени, 4 стакана кефира или простокваши, соль, сахар, мускатный орех или паприка.

Коричневое молоко. Солодовый и кофейный экстракт налить в кувшин, смешать с сиропом, затем добавить молоко, хорошо взбить, заправить. Пить холодным.

1-2 столовые ложки солодового экстракта, 4 столовые ложки кофейного экстракта, 2-3 столовые ложки ягодного или фруктового сиропа, 4 стакана молока.

Напиток из шиповника и молока. Очищенные от семян плоды шиповника замочить на 2-3 ч, затем варить этой воде до мягкости и протереть через сито. Смешать с другими продуктами, подать в холодном виде.

$^1/_2$ стакана экстракта шиповника или 1 стакан плодов шиповника и 1 стакан воды, 3-4 столовые ложки меда или 2-3 столовые ложки сахарного песка, 4-5 стаканов молока.

Молочный напиток с мускатным орехом. В стакан разбить свежее куриное яйцо, добавить сахарный сироп и молоко, хорошо размешать и сверху посыпать натертым мускатным орехом.

1 столовая ложка сахарного сиропа, 1 яйцо, $^1/_2$ стакана пастеризованного молока, щепотка натертого мускатного ореха.

С грецкими орехами. Ядра грецких орехов пропустить через мясорубку или мелко истолочь в ступке, положить в кастрюлю, залить молоком, добавить сахарный песок, поставить на огонь и кипятить в течение 10-12 мин. Подавать напиток можно и в холодном, и в горячем виде.

200 г ядер грецких орехов, 4 стакана пастеризованного молока, 2 столовые ложки сахарного песка.

Каштановый напиток. Каштаны сварить или испечь до мягкости. Затем их очистить, мелко нарезать, положить кастрюлю, засыпать сахарным песком, влить воду, поставить на огонь и варить до получения однородной массы. После чего снять с огня, охладить и залить холодным молоком. Напиток можно украсить взбитыми сливками и подать к нему сухарики.

150 г каштанов, $^1/_2$-$^3/_4$ стакана холодного пастеризованного молока, $^1/_4$ стакана сахарного песка, $^2/_3$ стакана воды.

"Кумыс". На 1 л обезжиренного кипяченого молока добавить 1 стакан чистой воды, 3 чайные ложки сахарного песка или меда; полученную смесь охладить до комнатной температуры (18-20° С). В молочную смесь ввести 2 столовые ложки кислого молока или кефира, посуду закрыть крышкой, завернуть и поставить в

теплое место (25-30° С). Через несколько часов смесь превратится в кислое молоко, которое нужно взбить, процедить через марлю, добавить дрожжи (4-5 г прессованных хлебных дрожжей развести теплой водой до густоты сметаны), щепотку сахарного песка, перемешать, разлить в бутылки, герметически закупорить пробками и оставить на 20-30 мин. За это время образуется углекислый газ. Это можно заметить по "кипению" "кумыса" в бутылках. Бутылки не следует заливать до горлышка. Как только начнется "кипение", бутылки положить в ледяную воду или в холодильник. Когда "кумыс" "успокоится", его можно подать к столу. Бутылки следует открывать осторожно, не взбалтывая, иначе "кумыс" может забить фонтаном.

1 л обезжиренного молока, 1 стакан чистой воды, 3 чайных ложки сахару или меда, 2 столовые ложки кислого молока или кефира, 4-5 г дрожжей (10 г разведенных).

Молочные напитки с соком

Очень питательны молочные напитки с соком, поскольку они содержат много полезных веществ, в том числе и тех, которых сок не содержит (белки, жиры и минеральные вещества). Для приготовления таких напитков используются все виды молока и молочных смесей: свежее молоко, пахта, кефир, простокваша, а также сливки и сметана; для повышения их питательной ценности к ним добавляют яичные желтки. Для приготовления напитков можно использовать и овощные соки. Молочные напитки рекомендуется смешивать в миксере, так как при этом получается особенно вкусная однородная пенистая масса.

Клубничный напиток. Клубничный сок смешать с сахаром или медом, добавить холодное или горячее молоко и взбить.

$^1/_2$-2 стакана клубничного сока, 1-2 столовые ложки сахарного песка или меда, 3-4 стакана молока.

Смородиновый. Смородиновый сок смешать с сахаром. Воду вскипятить с молоком, остудить, смешать, сильно взбивая, с соком; молочный белок при этом ввертывается хлопьями. Можно подавать и в холодном, и в горячем виде.

$1^1/_2$-2 стакана сока красной смородины, 2 столовые ложки сахарного песка, 2 стакана воды, 3-4 стакана молока.

Вишневый. К смешанному с сахаром вишневому соку добавить, хорошо взбивая, холодное или горячее молочко. В горячий напиток положить целые вишни. Подавать с чайной ложкой.

1-2 стакана вишневого сока, 1-2 столовые ложки сахарного песка или $^1/_2$ стакана вишневого сиропа, 4 стакана молока, целые ягоды.

Огуречный. Мытые огурцы натереть (огурцы с горькой кожурой предварительно очистить), огуречный сок процедить через марлю. Молоко, хорошо взбивая, смешать с огуречным соком. К свежему молоку добавить Какой-либо светлый кислый сок. Заправить. Подать с кусочком льда.

4-5 огурцов, 3-4 стакана простокваши или свежего молока, кислый сок, соль, перец, укроп, зелень петрушки.

Напиток из сока крыжовника, молока и сливок. К кислому соку крыжовника добавить сахар или мед, затем взбить с молоком и сливками или сметаной. Заправить. Подать холодным, с кусочками льда.

$^1/_2$-1 стакан сока крыжовника или компота из крыжовника, сахар или мед, 3 стакана молока, 1 стакан сливок или сметаны.

Морковный напиток. В свежеприготовленный морковный

сок влить холодное молоко, перемешать и добавить. По вкусу сахарный песок. Подавать слегка охлажденным.

$^1/_2$ л свежеприготовленного морковного сока, $^1/_2$ л холодного пастеризованного молока, сахарный песок по вкусу.

Сливовый. В стакан влить сливовый сок, добавить сахарный песок, молоко, мороженое и быстро размешать. Напиток сразу же подать.

2 чайные ложки сливового сока, $^3/_4$ стакана пастеризованного молока, 1 чайная ложка сахарного песка, 50 г мороженого.

Апельсиновый. Отжать сок из апельсинов, натереть цедру одного апельсина. Сок взбить с молоком и сахаром при помощи веничка или миксера. Сразу же подавать, положив в стакан кусочек льда. Яблочный или смородиновый сок добавлять по вкусу.

2-3 апельсина, 4-5 стаканов молока, сахар или сироп, яблочный или смородиновый сок.

Лимонный. Отжать сок из лимона, добавить сахар или мед, затем, взбивая, добавить молоко. Взбить до образования пены. Пить в холодном виде через соломинку.

1-2 лимона, 1-2 столовые ложки сахару или меда, 1 л молока.

Молочные кремы

Молочные кремы представляют собой более густые молочные напитки. Их готовят с добавлением пюре из свежих или консервированных фруктов и ягод на молоке, сливках или кислом молоке. Молочные кремы подают в холодном или теплом виде на десерт, но их можно подавать и как самостоятельное блюдо. Если приготовленный вами крем окажется слишком жидким, его можно сделать более густым, добавив к нему 50-100 г творога. Творог в сочетании с фруктами теряет свой вкус. Густота крема зависит от сочности фруктов и от продолжительности взбивания. Молочные кремы подают с чайной ложкой.

Клубничный крем. Клубнику вымыть, очистить от плодоножек и приготовить из нее пюре с сахаром. К пюре добавить охлажденные сливки и взбить смесь в миксере.

100 г сливок 20%-ной жирности, $^1/_2$ стакана клубники, 2 чайные ложки сахару.

Крем ассорти. Готовить так же, как клубничный крем. Яблоко очистить от кожицы, удалить семена и сердцевину, натереть на мелкой терке.

100 г сливок 20%-ной жирности, 50 г клубники, 1 яблоко, 3 чайные ложки сахарного песка.

Яблочный крем. Готовить так же, как клубничный крем. Яблоки очистить от кожицы и удалить сердцевину. Приготовить из них пюре с сахаром и молотой корицей.

100 г сливок 20%-ной жирности, 2 яблока средних размеров, 2 столовые ложки сахарного песка, молотая корица.

Банановый. Готовить так же, как клубничный крем.

100 г сливок 20%-ной жирности, 1 банан, 3 чайные ложки сахарного песка.

Крем "Какао". Взбить в миксере предварительно охлажденные компоненты. Сверху напиток посыпать тертым шоколадом.

70 г сливок 20%-ной жирности, 30 г жирного диетического творога, 50 г какао со сгущенным молоком, шоколад.

Смородиновый крем. Взбить в миксере предварительно охлажденный кефир и остальные компоненты.

70 г кефира, 30 г жирного диетического творога, 50 г варенья или джема из красной смородины.

Абрикосовый. Абрикосы очистить от кожицы и косточек, нарезать ровными дольками. Оставить несколько из них для украшения напитка. Остальные компоненты смешать в миксере.

90 г молока, 30 г творога, 30 г клубничного сиропа, 2

абрикоса.

Черничный. Взбить в миксере компоненты в течение 1 мин.

100 г молока, 75 г сахарного песка, 300 г черники (или 50 г черничного сиропа), несколько капель лимонного сока, корица.

Ананасный. Взбить в миксере компоненты в течение 2 мин.

100 г молока, 50 г ананасного сока, кусочек ананаса, 1 разрезанное яблоко, сок 1 лимона.

Айс-кримы

Айс-кримами называют напитки, приготовленные на основе мороженого. Мороженое в них не смешивают с остальными компонентами. Подают айс-кримы с соломинкой и ложечкой.

Яблочный айс-крим. В высокий стакан (или бокал) положить мороженое, добавить яблочный сок, консервированные фрукты ассорти и залить яблочным морсом.

2 столовые ложки яблочного сока, 50 г фруктового мороженого, 50 г консервированных фруктов ассорти, $^1/_3$ стакана яблочного Морса.

Айс-крим с содовой. В высокий стакан (или бокал) положить мороженое и налить охлажденную содовую или минеральную воду. Вместо содовой можно использовать любой газированный напиток.

50 г мороженого, 100 г содовой или минеральной воды.

Лимонный айс-крим. В высокий стакан (или бокал) положить мороженое и налить сок и лимонад.

50 г цитрусового мороженого, 30 г лимонного сока, 120 г лимонада, 50 г фруктов ассорти.

Сливовый. В высокий стакан (или бокал) положить мороженое, добавить сливовый сок, консервированные фрукты ассорти и залить черничным морсом.

2 столовые ложки сливового сока, 50 г фруктового мороженого, 50 г консервированных фруктов ассорти, $^1/_3$ стакана черничного морса.

Ананасный. В высокий стакан (или бокал) положить мороженое, добавить ананасный сок и лимонад.

50 г сливочного мороженого, 30 г ананасного сока, 50 г нарезанного ананаса, 120 г лимонада.

Малиновый. В высоком стакане (или бокале) смешивают ложкой охлажденную содовую или минеральную воду с малиновым сиропом.

50 г мороженого, 30 г малинового сиропа, 70 г содовой или минеральной воды.

Кофейный. В высокий стакан (или бокал) положить мороженое, добавить кофейный сироп, взбитые сливки и молоко.

50 г кофейного мороженого, 30 г кофейного сиропа, 10 г взбитых сливок, 100 г молока.

Яичный. В высокий стакан (или бокал) положить сливочное мороженое, добавить желток, взбитые сливки и залить молоком.

50 г сливочного мороженого, 1 желток, 10 г взбитых сливок, молоко.

Хвойный. В ступке растереть несколько еловых или сосновых иголок, добавив туда же малиновый сироп. Затем иголки удалить, а сироп процедить в высокий стакан (можно вместо ситечка воспользоваться вилкой). Осторожно, так чтобы отдельные слои напитка не перемешались, влить в стакан охлажденный апельсиновый сок. Сверху положить мороженое и маленькую хвойную веточку. К напитку подают соломинку.

50 г мороженого, 70 г апельсинового сока, 30 г малинового сиропа, веточка хвои.

Абрикосовый. В высокий стакан (или бокал) положить сливочное мороженое, добавить абрикосовый сок, консервированные абрикосы и залить яблочным морсом.

1 столовая ложка абрикосового сока, 50 г сливочного мороженого, 50 г консервированных абрикосов, $^1/_3$ стакана яблочного морса.

Чайный. В высокий стакан (или бокал) положить сливочное мороженое, добавить сахарный сироп и сливки, залить крепким холодным чаем.

50 г сливочного мороженого, 10 г взбитых сливок, 30 г сахарного сиропа, чай.

Ореховый. В высокий стакан (или бокал) положить ореховое мороженое, добавить ореховый сироп и фрукты ассорти, залить газированной водой.

50 г орехового мороженого, 30 г орехового сиропа, 50 г фруктов ассорти.

Черничный. В высокий стакан (или бокал) положить клубничное мороженое, добавить черничный сок и фрукты ассорти, залить лимонным морсом.

50 г клубничного мороженого, 30 г черничного сока, 50 г фруктов ассорти.

Айс-крим "Какао". В высокий стакан (или бокал) положить шоколадное мороженое, добавить сироп какао и взбитые сливки, залить молоком.

50 г шоколадного мороженого, 30 г сиропа какао, 10 г взбитых сливок.

Смородиновый айс-крим. В высокий стакан (или бокал) положить апельсиновое мороженое, добавить грушевый сок и фрукты ассорти, залить смородиновым морсом.

50 г апельсинового мороженого, 30 г грушевого сока, 50 г фруктов ассорти.

Фраппе

Фраппе - это напитки, все компоненты которых, включая мороженое, взбивают в шейкере или миксере. Фраппе подают в высоких стаканах с соломинкой.

Вишневый фраппе. В миксер налить вишневый сироп, добавить мороженое и холодное молоко, а затем хорошо взбить. Перед подачей на стол фраппе можно украсить ягодами, дольками фруктов, орехами и взбитыми сливками.

1 столовая ложка вишневого сиропа промышленного изготовления, 75 г молочного мороженого, $^1/_4$ стакана холодного пастеризованного молока.

Черносмородиновый. В миксер вылить черносмородиновый сироп, добавить молочное мороженое и молоко. Хорошо взбить.

1 столовая ложка черносмородинового сиропа промышленного изготовления, 75 г молочного мороженого, $^1/_4$ стакана холодного пастеризованного молока.

Клубничный. В миксер положить мороженое, влить клубничный сироп, холодное молоко и хорошо взбить.

1 столовая ложка клубничного сиропа промышленного изготовления, 75 г молочного или молочно-фруктового мороженого, $^1/_4$ стакана холодного пастеризованного молока.

Абрикосовый. В миксер положить молочное мороженое, влить абрикосовый сироп и холодное молоко и хорошо взбить.

1 столовая ложка абрикосового сиропа, 75 г молочного мороженого, $^1/_4$ стакана холодного пастеризованного молока.

Банановый. В миксер положить мороженое, влить холодное молоко и банановый сироп и хорошо взбить.

1 столовая ложка бананового сиропа, 75 г молочного мороженого, $^1/_4$ стакана холодного пастеризованного молока.

Клюквенный. В миксер положить мороженое, влить клюквенный сироп и холодное молоко и хорошо взбить.

1 столовая ложка клюквенного сиропа промышленного изготовления, 75 г молочного или молочно-фруктового мороженого, $^1/_4$ стакана холодного пастеризованного молока.

Шоколадный. В миксер положить мороженое, влить какао и добавить сливки. Хорошо взбить.

80 г мороженого, 20 г какао со сгущенным молоком, 50 г сливок 20%-ной жирности.

Цитрусовый. Напиток "Фанта" добавить во взбитое с сиропом мороженое. Затем все тщательно перемешать ложкой.

80 г мороженого, 10 г лимонного сиропа, 60 г напитка "Фанта".

Ананасный. Содовую или минеральную воду добавить в мороженое, взбитое с ананасным соком. Смесь тщательно перемешать ложкой.

80 г мороженого, 40 г ананасного сока или компота, 30 г содовой или минеральной воды.

Чай

Чай и кофе содержат тонизирующие вещества, оказывающие влияние на сердечнососудистую и нервную системы. К ним относятся алкалоиды чая (в данном случае кофеин), а также значительное количество дубильных веществ (танин и др.). Вещества эти в малых количествах не вредны и даже благотворно действуют на организм. Чай богат и витаминами (B1, B2, B3, PP и другими). Пищевая ценность чая значительно повышается, если в него добавить сахар, сливки, молоко.

Существует много разнообразных сортов чая, отличающихся друг от друга вкусовыми качествами, настоем, ароматом. Наиболее распространен черный байховый чай - грузинский, азербайджанский, китайский, индийский. Помимо черного байхового чая популярен и зеленый байховый, который обладает своеобразным ароматом.

Чаем называют также напитки, настоянные на листьях некоторых растений, главным образом дикорастущих. Мы приводим рецепты наиболее известных из них - брусничного, рябинового, липового чая.

Чай не рекомендуется хранить вместе с другими сильно пахнущими продуктами, т. к. он легко воспринимает посторонние запахи. Посуда, в которой заваривают чай, должна быть идеально чистой. Ее не следует употреблять ни для каких других целей; фарфоровый или эмалированный чайник перед заваркой в нем чая необходимо сполоснуть кипятком, насыпать в него чай и залить кипяток примерно на $^1/_3$ объема чайника; заваренный чай не рекомендуется долго настаивать, а также кипятить, поэтому чайник с заваркой нельзя ставить на горячую плиту, так как чай может закипеть, стать мутным и потерять положительные качества (вкус, запах, вид). Для сохранения тепла и лучшего настоя чайник следует накрыть салфеткой или полотенцем и оставить на 5 мин и только после этого долить кипятком. Хорошо заваренный чай имеет интенсивный цвет, прозрачен, ароматен, слегка терпкий на вкус. Для приготовления чайного настоя не рекомендуется употреблять слишком жесткую воду, т. к. в ней содержится чрезмерное количество кальция и магния. Для смягчения воды ее надо прокипятить в течение двух-трех минут. Вода со значительным содержанием железа не годится для заваривания чая.

Чай нередко является завершением праздничного обеда. К нему подают сахар, лимон, варенье, джем, повидло, мед, горячее молоко, сливки, сушеные фрукты, печенье, булочки, бутерброды,

пирожные, торты, сухари, сушки, бублики, баранки, пряники, конфеты.

Чай с молоком и со сливками. Сливки или кипяченое молоко с пенкой подают отдельно горячими в сливочнике или в керамическом горшочке, который ставят на десертную тарелку.

Чай охлажденный с фруктовым или ягодным соком. Заварить крепкий чай, перелить через марлю или ситечко в фарфоровую посуду, добавить сахар и охладить. В чай можно добавить лед, положить ломтик лимона или апельсина или подать его отдельно. Добавить фруктовый или ягодный сок и перемешать.

Чай с черным перцем. Сполоснуть чайник кипятком, положить в него 1 чайную ложку чая и щепотку черного перца, залить стаканом кипятка, поставить для настоя. Этот чай пьют при простуде.

Холодный чай с лимоном. Заварить 50 г чая в 1 л кипятка, добавить $^3/_4$ стакана сахару, цедру $^1/_2$ лимона, накрыть крышкой и дать постоять на столе 10 минут, после чего сразу слить, чтобы чай не разварился и настой не имел терпкого вкуса. Слегка остудить, разлить в высокие фужеры, положить в каждый по кружочку лимона без цедры и зерен, поставить в морозильник. Подавать очень холодным.

Чай с сиропом. Заваренному чаю дать настояться в течение 4-5 минут, потом процедить его в стакан, заполнив его на $^3/_4$, и долить фруктовым сиропом.

Горячий чайный лимонад. Смешать в стакане 10 г лимонного сиропа, 10 г ежевичного сиропа и 20 г натурального меда. Долить крепким чаем. Добавить ломтик лимона.

Холодный яичный чай. 1 желток и 30 г малинового сиропа долить в стакане несладким крепким чаем. Подавать сильно охлажденным.

Холодный медовый чай. 30 г меда и 30 г молока долить крепким чаем. Подавать сильно охлажденным.

Холодный шоколадный чай. 30 г шоколадного сиропа и 20 г молока долить в стакане несладким крепким чаем. Подавать сильно охлажденным.

Зеленый чай. Для приготовления чая-заварки берут 2 г сухого чая на 50 мл воды. Зеленый чай принято пить без сахара из пиал. К чаю можно подать сушеные фрукты.

Брусничный чай. Брусничные листья собирают в начале лета и сушат. Для приготовления чая листья брусники залить кипятком, дать немного настояться и добавить сахарный песок. Чай можно пить и горячим, и холодным.

Рябиновый чай. Сушеные цветы и плоды рябины залить

крутым кипятком, дать настояться 2-3 мин и затем добавить по вкусу сахарный песок. Соотношение цветов и плодов рябины произвольное.

1-2 столовые ложки сушеных плодов и цветков рябины, 1 стакан кипятка, сахарный песок по вкусу.

Липовый чай. Цветы липы заварить крутым кипятком, поставить на огонь и варить 10 минут, после чего процедить и добавить по вкусу сахарный песок.

1-1$^{1}/_{2}$ столовой ложки сушеных цветков липы, 1 стакан воды, сахарный песок по вкусу.

Кофе

Кофе, как и чай, следует хранить отдельно от сильно пахнущих продуктов. Готовят его с таким расчетом, чтобы сразу подать к столу. Продолжительное настаивание придает горечь напитку. Кофейные зерна не следует размалывать ни слишком мелко, ни слишком крупно. Мелко размолотый кофе проходит через фильтр, и напиток становится мутным, а крупно молотый кофе медленно настаивается и теряет аромат. Одно из условий приготовления хорошего напитка - правильное определение необходимого количества молотого кофе. Универсальная пропорция, одинаковая для всех способов: 2-3 чайные ложки молотого кофе на 1 стакан воды.

Существует несколько способов приготовления кофе. В некоторых случаях доводят воду до кипения и после этого кладут в нее кофе и сахар. В других - смешивают кофе с сахаром, заливают смесь необходимым количеством холодной воды и на слабом огне доводят ее до кипения, чтобы образовалась густая пена. Многие предпочитают второй способ, так как до момента закипания воды из кофе мелкого помола может быть извлечено большее количество ароматических веществ. Кофе должен быть в меру горячим. Если он тепловат, то заметно ощущаются его отрицательные свойства, если чересчур горячий - снижается восприимчивость органов вкуса. Подогретый остывший кофе уже не может быть хорошим полноценным напитком. К кофе подают печенье, пирожные, торт, лимон, масло, сыр.

Кофе по-восточному. Мелко смолотый натуральный кофе положить в специальную кофейную кастрюлю, "турку" (металлическая кастрюлька с длинной ручкой), добавить сахар, залить холодной водой и нагреть до кипения. Сваренный кофе разлить в небольшие кофейные чашки, не процеживая. Отдельно в стакане подать холодную кипяченую воду.

Кофе-мокко. Влить в посуду и взбить один сырой яичный желток и 50 г густого сахарного сиропа. Эту смесь поставить на слабый огонь и, не прекращая взбивания, влить 300 г горячего, очень крепкого натурального кофе. Как только образуется пена, налить напиток в чашки и тотчас же подавать.

Кофе-гляссе. В стаканы влить по 125 г ($^1/_2$ стакана) несладкого черного кофе, прибавить по $^1/_2$ столовой ложки взбитых сливок и слегка помешать. Затем добавить по 1 шарику (50 г) сливочного или кофейного мороженого, по 2 чайные ложки сахарного песка и по $^1/_2$ столовой ложки взбитых сливок.

Кофе по-итальянски. Кофе сварить на молоке и процедить

прямо в фарфоровую чашечку. Сахар подать отдельно, лучше - песок.

Кофе "Димиана". Напиток представляет собой смесь крепкого кофе и хорошего чая в равных пропорциях. Сахар подается отдельно.

Клубничный колодный кофе. 30 г клубничного сиропа и 20 г молока долить в стакане несладким крепким черным кофе. Подавать сильно охлажденным.

Персиковый холодный кофе. 50 г персикового сока и 20 г молока долить в стакане несладким крепким черным кофе. Подавать сильно охлажденным.

Апельсиновый холодный кофе. 50 г апельсинового сока и 20 г молока долить в стакане несладким крепким черным кофе. Подавать сильно охлажденным.

Какао и шоколад

В порошке какао содержится много жира, и поэтому он является очень калорийным напитком. Следует, однако, помнить, что слишком частое употребление какао вредно сказывается на организме человека. Поэтому какао время от времени подают к завтраку вместо кофе или чая. Какао следует хранить так же, как чай или кофе. Если нет какао в порошке, можно употребить шоколад в плитках. Его ломают на мелкие кусочки и разводят горячим молоком. К какао подают печенье, пирожные, кексы и т. д.

Какао на молоке. Порошок какао засыпать в кастрюлю, добавить сахар, тщательно перемешать, влить немного горячей воды или молока и растереть ложкой до образования однородной массы. После этого, непрерывно помешивая, медленно влить молоко и довести до кипения. В стакан с какао можно положить взбитые сливки.

Какао с яичным желтком. Приготовить какао, как указано выше. Сырые яичные желтки растереть с сахаром и постепенно развести небольшим количеством сваренного какао, затем соединить с оставшимся какао. После этого какао, смешанное с желтком, нагреть, не доводя до кипения, слегка взбить веничком и немедленно подать.

Какао с мороженым. Сварить какао, как указано выше, и охладить. В стакан или фужер положить шарик сливочного мороженого, залить подготовленным какао и немедленно подать.

Шоколад с молоком. Измельчить 200 г шоколада, положить в подходящую кастрюлю и залить небольшим количеством горячего молока так, чтобы шоколад мог в нем раствориться. Снять с огня и выждать, чтобы шоколад размяк, затем хорошо размешать его ложкой, в результате чего получается густой крем. Прибавлять понемногу кипяченое молоко, размешивая веничком, чтобы шоколад хорошо соединился с молоком. Постепенно влить все оставшееся молоко (всего 1 л). Полученную смесь больше не ставить на огонь, а только процедить через сито, чтобы не было пенки или комочков шоколада, и немедленно подать горячим. Сахар по вкусу.

Шоколад с водой. Приготовить так же, как шоколад с молоком. На 1 л воды положить 125 г шоколада. В каждую чашку с готовым шоколадом прибавить по одной столовой ложке взбитых сливок. Подать горячим.

Шоколад охлажденный со взбитыми сливками. Сварить шоколад на молоке с добавлением сахара и охладить. После этого

разлить в стаканы, добавить мелко наколотый лед, положить сверху взбитые и смешанные с сахарной пудрой сливки.

Напитки для детей

Овощи, фрукты и ягоды являются важнейшими источниками витаминов С и Р, органических кислот, минеральных солей, некоторых микроэлементов, поэтому они должны обязательно входить в рацион детей. В случае недостатка свежих фруктов и ягод можно использовать консервированные и замороженные, сухофрукты. Напитки из фруктов, овощей, а также молока высокопитательны и хорошо утоляют жажду.

Для детей можно готовить и множество напитков из фруктов и овощей, рецепты которых приводятся в этой книге. Однако надо иметь в виду, что кофе и какао являются возбуждающими средствами, и для детей их следует ограничивать.

Компот из сырых ягод. Ягоды перебрать, вымыть, посыпать сахаром, дать отстояться в течение 30 мин и размешать с кипяченой водой.

Сок из тыквы (брюквы или кольраби). Овощи очистить, вымыть, ошпарить кипятком, натереть на мелкой терке, отжать сок, разбавить кипяченой водой. Приправить по вкусу щепоткой соли и сахара. Таким же образом готовится сок из брюквы или кольраби.

"Растрепка" из простокваши с черной смородиной. Смородину вымыть, очистить, протереть сквозь частое сито, размешать с молоком или кефиром, добавить сахар и тщательно "растрепать". Вместо смородины можно использовать малину, клубнику или ежевику.

$^1/_2$ л простокваши или кефира, 150 г черной смородины, 2 столовые ложки сахарного песка.

Напиток молочко-овощной. Из моркови и яблок отжать сок, прибавить к кипяченому молоку, приправить по вкусу сахаром и солью.

$^1/_2$ л молока, 1 стакан морковного сока, $^1/_2$ стакана яблочного сока, сахар, соль.

Напиток из клюквы (смородины) и мяты. Мяту залить кипятком и дать отстояться в течение 15 мин. Ягоды вымыть и протереть сквозь частое сито. Смешать с кипяченой водой и процеженным настоем мяты. Приправить по вкусу сахаром. Напиток этот очень освежает и хорошо утоляет жажду в жаркие дни.

Закуски. Бутерброды

К некоторым безалкогольным напиткам, в частности коктейлям и аперитивам, можно подавать легкие закуски. Приводим несколько рецептов закусок и бутербродов.

Соленый миндаль. Миндаль ошпаривают подсоленной водой и освобождают от кожуры. Очищенный миндаль хорошо подсушивают и поджаривают в небольшом количестве растительного масла, непрерывно помешивая, пока он не приобретет светло-коричневый цвет. Затем миндаль следует разложить на пергаментной бумаге, посыпать солью и высушить. Готовый миндаль можно хранить в плотно закрытой посуде 8-10 дней.

Луковый сандвич. Зеленый лук и петрушку хорошо вымыть и мелко нарубить. В эмалированной посуде смешать приблизительно две части лука, одну часть петрушки, майонез, соль, перец и сахар по вкусу. Все составные части тщательно перемешать. Майонез должен хорошо связать все составные компоненты. Смазанные сливочным маслом кусочки хлеба покрыть приготовленной массой.

Помидоры, фаршированные ветчиной. Небольшие твердые помидоры вымыть, срезать верхушки и осторожно удалить сердцевину. Ветчину нарезать мелкими кубиками, перемешать с майонезом, заправить солью по вкусу. Наполнить помидоры приготовленным фаршем и закрыть срезанной верхушкой.

Колбаса или ветчина в тесте. Вареную нежирную ветчину или колбасу нарезать толстыми кубиками. Приготовить жидкое тесто. Кусочки ветчины или колбасы обмакнуть в тесто и поджарить в растительном масле до золотистого оттенка.

200 г колбасы, для теста: 200 г муки, 2 яйца.

Салат из сельдерея. Ботву и стебли сельдерея мелко нарезать и смешать с нашинкованными соломкой яблоками. Залить горчичным соусом, разведённым сливками и лимонным соком. Подать в салатнице.

500 г салатного сельдерея, 300 г яблок, 50 г столовой горчицы, 1 лимон.

Фаршированный огурец. Подобрать свежие одинаковые огурчики, желательно небольшого размера (примерно 5 см), разрезать вдоль пополам. Металлической выемкой удалить сердцевину с семенами и погрузить огурцы на 5 мин в кипяток. Как только вода закипит вынуть огурцы шумовкой, охладить и наполнить приготовленным фаршем. Фарш готовится из мелко нарубленного куриного мяса, заправленного майонезом, перцем

(или аджикой) и солью по вкусу.

Таким же образом огурцы можно нафаршировать рыбой или овощами.

500 г свежих огурцов, 250 г куриного мяса, 200 г майонеза, перец, соль.

Фаршированные шампиньоны. Молодые шампиньоны очистить, промыть, обсушить и срезать шляпки. Ножки мелко порубить вместе с луком, яйцом, зеленью петрушки, добавить перец и соль по вкусу, все хорошо перемешать. Заполнить шляпки грибов этим фаршем, положить их на противень, посыпать строганным сыром, перемешанным с сухарями, на каждый гриб поместить кусочек сливочного масла и запечь в духовом шкафу. Когда грибы зарумянятся, дать им остыть, уложить на блюдо и подать к столу.

Маслины. Маслины подавать как закуску на отдельной тарелке или использовать для гарнирования других закусок.

Бутерброды с килькой. На ломтики хлеба, намазанные тонким слоем сливочного масла, положить по кружочку яйца, на яйцо - свернутую колечком кильку, середину колечка украсить майонезом и кубиком отварной моркови.

Бутерброды с брынзой. Брынзу протереть через терку, сделать из нее пюре. Добавить красный перец или аджику и сливочное масло. По желанию - немного натертого лука (или чеснока), затем мелко нарезать свежий редис и перемешать его с подготовленной брынзой. Полученную смесь нанести на ломтики хлеба и украсить кружочками редиса и маслинами.

Бутерброды с ветчиной-пюре. Нарезанную кусочками ветчину пропустить через мясорубку, добавить масло и горчицу, хорошо перемешать и нанести полученную смесь на ломтики хлеба. По краям гарнировать крутым протертым желтком и мелко нарезанной зеленью петрушки.

Сервировка стола

Вы ожидаете гостей. Готовясь к их встрече, нужно помнить, что они должны получить удовольствие не только от вкусно приготовленных напитков, но и от сервировки. Красиво оформленный стол располагает к общению, создает приподнятое, радостное настроение. Правильно сервировать стол вовсе несложно. Даже самая тщательная сервировка не требует большого труда и не отнимает много времени.

Каждый предмет сервировки имеет свое назначение и определенное место на столе. Желательно сервировать стол одинаковыми приборами и посудой. Следует при этом иметь в виду, что слишком дорогая посуда не всегда уместна и может вызвать у гостей чувство неловкости.

Безалкогольные напитки бывают горячими и холодными. Если горячие напитки приготовляют непосредственно перед подачей, холодные напитки могут быть приготовлены заранее, хотя в некоторых случаях их готовят тоже в присутствии гостей.

Безалкогольные напитки подают в разнообразной посуде. Прохладительные и тонизирующие напитки подают в высоких стаканах емкостью 250-300 г. Слоистые коктейли готовят и подают в рюмках, по форме напоминающих узкий конус. Емкость такой рюмки-100 г. Напитки типа гляссе и коктейли с фруктами, сливками и мороженым подают в тюльпанообразных бокалах емкостью 150-250 г; крюшоны и морсы - в крюшонницах и крюшонных чашках; лимонады, квасы и соки - в кувшинах; минеральную воду - в больших стаканах емкостью 250-280 г. Горячие смешанные напитки, например пунш, лучше подавать в специальных фарфоровых и стеклянных чашках емкостью 125-150 г. Стаканы для минеральной воды не сервируют для каждого гостя в отдельности, а ставят группами в одном или нескольких местах. На стол кладут пробочник.

Стол, если позволяют размеры комнаты, ставят посередине. Стулья расставляют так, чтобы гости не чувствовали себя стесненно и неуютно. Если стулья разные, лучше сгруппировать одинаковые в одном ряду, а остальные - в другом. Правильно, со вкусом расставленная мебель, необходимая в данной ситуации,- немаловажный штрих интерьера.

Стол накрывают скатертью; средняя заглаженная складка ее должна проходить по центру вдоль стола, а точка пересечения складок падать на центр стола. Углы скатерти должны прикрывать ножки стола не менее чем на 25 сантиметров, но не ниже сиденья стула. Скатерть, опущенная меньше, смотрится

некрасиво, а свисающая слишком низко приносит неудобства.

На стол (а это может быть и журнальный столик) вовсе не обязательно стелить скатерть. Под посуду подкладывают салфетки или специальные подставки (например, картонные). Если вы принимаете гостей на кухне, то стол можно покрыть клеенкой, которая очень удобна и гигиенична - с нее легко удаляются пятна. Столы, покрытые пластиком, в скатерти и клеенке не нуждаются. Не рекомендуется, принимая гостей, покрывать стол полиэтиленовой скатертью. Для чайного или кофейного стола, напротив, следует подобрать скатерть, желательно цветную или клетчатую. Середину стола покрывают узкой дорожкой, на которую ставят тарелки с бутербродами, кондитерскими изделиями. Посуду для каждого гостя ставят на небольшие тканые салфетки. Лимон подают в розетке, варенье - в креманке или вазочке, поставленной на пирожковую тарелку, на которую кладут ложку.

Украшением стола в любое время года служат фрукты, которые подают в вазе или декоративной корзине (яблоки кладут плодоножками вниз, груши - плодоножками вверх).

Бутылки с напитками ставят не посередине стола, а по краю его, маленькими группами: лимонад, минеральная вода, соки. В некоторых случаях бутылки ставят на отдельный столик или на тележку.

Готовясь к приему гостей, следует предусмотреть место и для цветов, которые являются украшением стола. Цветы, как правило, ставят в центре или на краю стола, однако нужно помнить о том, что они не должны заслонять сидящего напротив. Лучше всего для такого стола подходят невысокие вазочки, а букеты - не пышные, состоящие из 5-7 ярких цветков. Цветы не следует ставить на стол задолго до прихода гостей, так как они могут потерять свою свежесть и аромат. Не следует также украшать стол сильно пахнущими цветами, поскольку сильный аромат препятствует должному восприятию приготовленных вами блюд и напитков, приглушая их вкусовые качества.

Украшением стола являются и свечи. Особенно они подходят к кофейному столу; их подбирают в соответствии с цветом скатерти или салфеток.

К кофейному, чайному столу предусмотрены салфетки меньших размеров, чем к столу обеденному. Делают их из различного материала разного цвета. Цветные салфетки к чайному и кофейному столу могут быть с бахромой.

Таковы лишь некоторые правила сервировки стола с безалкогольными напитками. Однако не нужно придерживаться их чересчур строго. Сервируя стол, вы можете всегда проявить

собственный вкус. Нужно лишь помнить, что основные условия сервировки - удобство и целесообразность.

Не загромождайте стол ненужными приборами, посудой и гастрономическими излишествами. Важно, чтобы все было под рукой и хозяйке не приходилось бы поминутно выбегать на кухню.

Сервировка стола зависит от числа гостей и повода" по которому они приглашены. И если вы не устраиваете какое-либо торжество, то вполне достаточно предложить гостям чай, кофе, прохладительные напитки. Между тем то, как вы это сделаете и обставите, говорит о внимании, которое вы оказываете гостям.

Приложения

Приложение 1. Замораживание ягод в холодильнике

Одним из наиболее доступных способов сохранения ягод в течение длительного времени является их замораживание и последующее хранение в замороженном состоянии. Быстрозамороженные ягоды сохраняют свои натуральные достоинства (внешний вид, цвет, вкус, аромат и консистенцию) лучше, чем при любом другом способе консервирования или хранения.

Домашний холодильник, конечно же, слишком мал, для того чтобы производить в нем замораживание овощей и плодов в больших количествах. Объем морозильной камеры обычно не превышает 20 л, а это означает, что хранить в ней при требуемой температуре- минус 12-15˚С - можно 10-12 кг продуктов. Поэтому ограничимся здесь приведением способа замораживания небольшого количества ягод, которые можно использовать в любое время. Например, для украшения приготовленных вами напитков и других нужд.

Клубнику крупных и средних размеров замораживают без упаковки. Ягоды должны быть целые и сухие. Для этого их следует разложить на тарелке в один слой и выдержать в морозильнике до полного промораживания. После этого замороженные твердые ягоды можно уложить достаточно плотным слоем в картонные коробки или жестяные банки, наглухо закрыть, чтобы не вымерзала влага, и хранить в том же морозильнике. Перед употреблением ягоды следует осторожно высыпать на тарелку и оставить при комнатной температуре до полного оттаивания. Если же ягоды непрочные и с увлажненной поверхностью, их нужно расфасовать в формы или картонные коробки, выстланные целлофаном или полиэтиленом, и заморозить.

Свежую малину раскладывают в формы (можно также пересыпать ее сахарным песком) и замораживают.

Черную и красную смородину, чернику, голубику, клюкву и бруснику замораживают россыпью на тарелке, а затем в замороженном состоянии ссыпают для хранения в небольшие полиэтиленовые пакетики, плотно завязывая их, или в картонные прямоугольные коробки.

Рекомендуется замораживать только крупные ягоды, а мелкие использовать в свежем виде или для приготовления из них компотов, киселей и т. д.

Ягоды, замороженные приведенными выше способами, будут хорошо сохраняться в течение нескольких месяцев.

Для хранения замороженных ягод температуры бытовых морозильников вполне достаточно.

Приложение 2. Хранение свежих кислых плодов и ягод с сахаром без стерилизации

Некоторые плоды и ягоды, содержащие значительное количество кислот, можно сохранять в течение довольно длительного времени без стерилизации, смешивая их в раздробленном виде с сахаром или заливая сахарным сиропом.

Лимонные кружки в сахаре. Для заготовки пригодны лимоны только хорошего качества - зрелые, не поврежденные плесенью, непобитые.

Плоды следует тщательно вымыть, затем подсушить в теплом месте с целью удаления капель воды со всей поверхности плодов (остатки воды, задержавшиеся в углублениях, могут уменьшить концентрацию сахарного сиропа, образующегося при добавлении сахара). Температура воздуха при подсушивании не должна превышать 35°С.

Лимоны нарезают ножом из нержавеющего металла на кружки толщиной 5-6 мм. Если лимоны крупные, то кружки следует разрезать пополам, стараясь не повредить мякоть плода. Тем же ножом или заостренной деревянной палочкой из лимонов нужно удалить семена.

Подготовленные таким образом лимоны нужно уложить в чистые банки, тщательно вымытые, ошпаренные и высушенные так, чтобы на их поверхности не осталось ни капли воды. "На дно банок следует насыпать немного сухого сахарного песка (лучше брать мелкий песок, так как он быстрее растворяется в лимонном соке). На песок горизонтально укладывают кружки в 3-4 слоя, затем снова насыпают сахарный песок, стараясь распределить его равномерно. Так же укладывают и все последующие слои нарезанных лимонов до верха банки. Верхний слой лимонов обязательно нужно засыпать сахарным песком. После этого банку закрывают чистой крышкой и держат при комнатной температуре 5-7 дней. Уже через сутки из лимонов выделится немного сока, который растворит часть сахара. Сахар растворится еще быстрее, если банку ежедневно 2-3 раза переворачивать, чтобы сок, скопившийся в нижних слоях, пропитывал остальные кружки лимонов. После окончательного растворения сахара объем содержимого банки должен уменьшиться примерно на $^1/_3$. Затем в эту банку добавляют дольки лимона из другой банки. Сироп должен покрывать все кружки. Банка хранится в холодильнике. Лимоны, заготовленные по этому методу, пригодны к употреблению в течение полугода.

Поскольку получаемый продукт не требует стерилизации, лимоны с сахаром можно укладывать в любую посуду - стеклянную, деревянную, эмалированную, которая предварительно тщательно подготовлена.

1 кг нарезанных кружками лимонов, 1 кг сахару.

Черная смородина с сахаром. Прежде всего ягоды следует рассортировать на сите. Крупные ягоды вымыть и пропустить через мясорубку или раздавить в кастрюле деревянным пестиком. После измельчения добавить сухой мелкий сахарный песок, тщательно перемешать и закрыть крышкой. Держать при комнатной температуре, иногда помешивая, до полного растворения сахара.

Хранить черную смородину можно в банках, глиняных горшках, кастрюлях и т. д., завязав их целлофаном или пергаментом. Законсервированная таким образом смородина может храниться 3-4 мес в прохладном помещении (лучше - в холодильнике), а с наступлением зимы - в условиях естественного холода.

1 кг смородины, 1,5-2 кг сахару.

Приложение 3. Сравнительная таблица массы и объема продуктов

Наименование продуктов	Масса продуктов, г			
	стакан (200 см³)	столовая ложка	чайная сожка	1 штука (в среднем)
Вода	200	18	5	—
Молоко цельное	200	20	5	—
Сливки	200	25	10	—
Сметана	210	25	10	—
Сахарный песок	180	25	10	—
Сахарная пудра	140	25	10	—
Мука картофельная (крахмал)	150	30	10	—
Мед	—	20	—	—
Орехи толченые	95—100	20	6—7	—
Изюм	155	25	7	—
Какао-порошок	—	25	9	—
Овощи, ягоды и фрукты:				
Морковь (средняя)	—	—	—	75
Огурец (средний)	—	—	—	100
Помидор	—	—	—	75
Вишня	150	30	—	—
Клубника	120	25	—	—
Малина	110	20	—	—
Черная смородина	130	30	—	—
Яблоко	—	—	—	100
Гвоздика	—	—	4	—
Белок яйца	—	—	—	23
Желток	—		—	20

Сравнительная таблица массы и объема продуктов

notes

Примечания

1

Горбачев М. С. Политический доклад ЦК КПСС XXVII съезд ДУ КПСС. М.: Политиздат, 1986, с, 63.

2

Здесь и далее, если весовой состав компонентов не приводится, - пропорции произвольные.

3

В рецептах с соками моркови, сельдерея, капусты пропорции произвольные.

4

Пахта - обезжиренные слизки, получаемые как побочны продукт при сбивании сливочного масла.

5

Шоколадный напиток: в измельченный шоколад (1 плитка) добавить 1 стакан кипятка и, помешивая, довести до кипения.

Яичный крем: взбить 4 яйца со 150 г сахарного песка и 2 г лимонной кислоты.

7

Приводим 4 рецепта приготовления шербетов по-узбекски. 1 них входят различные плоды и ягоды с добавлением сахара.